SHOUT
SHARE
IT

# Annotation

С давних времен лес был кормильцем человека. Сейчас, конечно, мало кто об этом помнит, и когда мы отправляемся в лес, то чаще всего берем еду с собой, не рассчитывая на щедрость нашего давнего друга. А напрасно. И только настоящие охотники еще помнят, что лес — это не просто место для прогулок, но и неиссякаемый источник пищи для человека.

В представленной книге вы найдете не только рассказы о том, что растет и кто живет в лесу, но и много советов по поводу того, что делать с добычей, как ее приготовить на костре и в домашних условиях, как сохранить мясо, из чего заварить целебный чай.

Лес — источник неисчерпаемых богатств, эта книга — неисчерпаемый источник полезных и интересных сведений о нашем зеленом друге.

- Иван Ильич Дубровин
  - ВСТУПЛЕНИЕ
  - ГЛАВА I СЕКРЕТЫ РОБИНЗОНА
  - ГЛАВА II В ЛЕС ПО ЯГОДЫ
    - ЧТО СЛЕДУЕТ ПОМНИТЬ, ОТПРАВЛЯЯСЬ ЗА ЯГОДАМИ В ЛЕС
    - ЯДОВИТЫЕ ЯГОДЫ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ОБХОДИТЬ СТОРОНОЙ
    - ВАРЕНЬЕ
      - 
      - МАЛИНОВОЕ ВАРЕНЬЕ «ЛЕСНОЙ АРОМАТ»
      - МАЛИНОВОЕ ВАРЕНЬЕ «ПРЕЛЕСТЬ»
      - ВАРЕНЬЕ «ПЯТИМИНУТКА» ИЗ ЛЕСНОЙ МАЛИНЫ
      - ЗЕМЛЯНИЧНОЕ ВАРЕНЬЕ «ОБЪЕДЕНЬЕ»
      - ЕЖЕВИЧНОЕ ВАРЕНЬЕ «ИНДИГО»
      - ВАРЕНЬЕ «ЕЖЕВИКА В СОБСТВЕННОМ СОКУ»
      - ВАРЕНЬЕ «МАШЕНЬКА» ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ
      - ВАРЕНЬЕ «ЖЕЛЕОБРАЗНОЕ» ИЗ СМОРОДИНЫ
      - ВАРЕНЬЕ «ВИТАМИНКИ» ИЗ СМОРОДИНЫ
      - ВАРЕНЬЕ «ЧЕРНЫЕ ГЛАЗА» ИЗ СМОРОДИНЫ
      - ВАРЕНЬЕ «ДОБРЫЕ ТРАДИЦИИ» ИЗ

ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ
- ВАРЕНЬЕ «БАБУШКИНО» ИЗ КЛЮКВЫ
- ВАРЕНЬЕ «ЧЕРНИКА В СОБСТВЕННОМ СОКУ»
- ПРОТЕРТАЯ ОБЛЕПИХА «СОЛНЫШКО»
- ВАРЕНЬЕ «ДЕРЕВЕНСКОЕ» ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ
- ВАРЕНЬЕ «ЧУДЕСНОЕ» ИЗ РЯБИНЫ
- СУШЕНЫЕ ЯГОДЫ

- КОМПОТЫ
  - 
  - КОМПОТ «ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ» ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ
  - КОМПОТ «РОЗОВОЕ СЧАСТЬЕ» ИЗ МАЛИНЫ
  - КОМПОТ «КАРМЕН» ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ
  - КОМПОТ «ЛЕСНАЯ НИМФА» ИЗ ЧЕРНИКИ ИЛИ ДРУГИХ ЛЕСНЫХ ЯГОД
  - КОМПОТ «ЛЕСНОЕ ИЗОБИЛИЕ»
  - ЛАКОМСТВА ИЗ ЛЕСНЫХ ЯГОД
  - ЖЕЛЕ «ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК» ИЗ ОБЛЕПИХИ
  - ЖЕЛЕ «ЛЮБИТЕЛЯМ ПИКАНТНОГО» ИЗ ЧЕРЕМУХИ
  - ЖЕЛЕ «ЧЕБУРАШКА» ИЗ СМОРОДИНЫ
  - РЯБИНОВЫЙ КИСЕЛЬ «УДИВИ ВСЕХ»
  - СЛОЕНЫЙ ГУСТОЙ КИСЕЛЬ «ЗЕБРА»
  - КИСЕЛЬ «СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ВАС» ИЗ ЧЕРЕМУХИ И ШИПОВНИКА
  - КИСЕЛЬ «ВИТАМИННЫЙ» ИЗ КАЛИНЫ
  - МУСС «ЛЮБИМЫЙ КРАЙ» ИЗ КЛЮКВЫ
  - МУСС «ЛУННЫЙ СВЕТ» ИЗ ОБЛЕПИХИ
  - КРЕМ «ИЗЫСКАННЫЙ» ИЗ ЕЖЕВИКИ
  - КРЕМ «КАРАПУЗ» ИЗ ЯГОД
  - ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА С МОРОЖЕНЫМ «ДЛЯ ТЕБЯ»
- ТОРТ «ЯГОДНОЕ СЕРДЕЧКО»
- ЯГОДНЫЙ ТОРТ «ЗАБАВА»
- ТОРТ «АЛЕНУШКА»
- ПИРОГ «СПЛОШНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ»
- ДЕСЕРТ «УДИВИТЕЛЬНЫЙ»
- ДЕСЕРТ «ТАМАРА»
- ДЕСЕРТ «ПРОЩЕ ПРОСТОГО»

- ДЕСЕРТ «НЕОБЫЧНЫЙ»
- ГЛАВА III «ТИХАЯ ОХОТА»
  - 
  - ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ С ГРИБАМИ
  - СУШКА
  - ВАРКА
    - 
    - СУП «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»
    - СУП «СОЛО»
    - СУП «МЕДВЕЖЬИ УШКИ»
    - ПИРОЖКИ «ВСТРЕЧА»
    - ПЕЛЬМЕНИ «ФАНТАЗИЯ»
    - БОРЩ «ВЕСЕННИЙ ДЕНЬ»
    - СУП «ПОЗДНЯЯ ОСЕНЬ»
    - РАГУ «ЦВЕТНАЯ РАДОСТЬ»
    - САЛАТ «СОЛНЫШКО»
    - САЛАТ ГРИБНИКА
    - САЛАТ «ОСЕННИЙ»
    - ГРИБЫ «СУВОРОВ»
    - ОСНОВНОЙ СОУС
    - СОУС «ЛАКОМКА»
    - СОУС «ЕГЕРЬ»
    - СОУС «УТОЧКА»
    - СОУС «ДАЧНЫЙ»
    - СОУС «ДАР ОСЕНИ»
    - СОУС «УТРО В ДЕРЕВНЕ»
    - СОУС «СОСНОВЫЙ БОР»
    - ГРИБЫ В «ГОРШОЧКАХ ЗОЛОТА»
    - ФАСОЛЬ «ЛЮБИТЕЛЬ ОСТРЕНЬКОГО»
    - ЗАКУСКА «РУССКИЙ СМАК»
    - ЗАКУСКА «ШИПКА»
    - ГОРЯЧИЙ САЛАТ «ВЕГЕТАРИАНЕЦ»
    - ГРИБЫ «ГРЕЦИЯ»
    - ГРИБЫ «ЗАВТРАК НА ТРАВЕ»
    - ГРИБЫ «ГУРМАН»
    - «ЗОРЬКА»
    - ШАШЛЫК «ВЕЧЕР В ЛЕСУ»
    - «ТРИ ТОЛСТЯКА»
    - ГОЛУБЦЫ «МЕЧТА КАЗАКА»
    - «ПОЛЯНА»
    - ГРИБЫ «ПАСТУШОК»
    - ЗАПЕКАНКА «СОФИЯ»
    - АССОРТИ «ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ»
    - МЯСО «ВИКИНГ»

- ПОРОСЕНОК ФАРШИРОВАННЫЙ «ПЯТАЧОК»
- ПОДГОТОВКА ГРИБОВ К КОНСЕРВИРОВАНИЮ
- ЗАСОЛКА ГРИБОВ
  - 
  - ХОЛОДНЫЙ СПОСОБ
    - 
    - СОЛЕНЫЕ РЫЖИКИ «ОРАНЖЕВОЕ СОЛНЦЕ»
    - РЫЖИКИ «ЗАКУСОЧНЫЕ»
    - ОПЯТА «ВЕСЕННИЕ»
    - СОЛЕНЫЕ ГРУЗДИ «ПРОСТО ОБЪЕДЕНЬЕ»
  - ГОРЯЧИЙ СПОСОБ
    - 
    - СОЛЕНЫЕ ГРУЗДИ «ПО-СЕЛЯНСКИ»
    - СЫРОЕЖКИ «ДАРЫ ЛЕСНЫХ ЭЛЬФОВ»
    - СОЛЕНЫЕ БЕЛЫЕ ГРИБЫ «СТАРИЧОК-БОРОВИЧОК»
    - ЗАСОЛКА БЕЛЫХ ГРИБОВ «ОСЕННЯЯ»
    - СОЛЕНЫЕ ПОДОСИНОВИКИ
    - СОЛЕНЫЕ ОПЯТА С ЧЕСНОКОМ
- МАРИНОВАННЫЕ ГРИБЫ
  - 
  - «БАБУШКИН СЕКРЕТ»
  - ГРИБЫ «ПРОСТЫЕ»
  - «ЩЕДРЫЙ ДАР ЛЕСА»
  - «БЛАГОРОДНАЯ ЗАКУСКА»
  - РЫЖИКИ «ХРУСТЯЩИЕ»
  - «ЗАПАСЛИВАЯ ХОЗЯЙКА»
  - ГРИБЫ «ДУШИСТЫЕ»
  - МАСЛЯТА «ЧЕСНОЧНЫЕ»
  - «ХОЗЯИН ЛЕСА»
  - МАРИНОВАННЫЕ ВАЛУИ
  - «ДРУЖНЫЕ СОСЕДИ»
- КОНСЕРВИРОВАНИЕ ГРИБОВ
  - 
  - ГРИБЫ «АРОМАТ ЛЕСА»
  - КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ГРИБНОЙ СУП «ЗИМНИЙ ОБЕД»
  - КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ЖАРЕННЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

- КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ГРИБНОЙ СОУС
- КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ЛИСИЧКИ
- КОНСЕРВИРОВАННЫЕ МАРИНОВАННЫЕ ГРИБЫ
- КОНСЕРВИРОВАННЫЙ САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ И ЛИСИЧЕК
- КОНСЕРВИРОВАННЫЕ МАРИНОВАННЫЕ ОПЯТА
- КОНСЕРВИРОВАННАЯ ИКРА ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ, ШАМПИНЬОНОВ И РЫЖИКОВ
- СТЕРИЛИЗОВАННЫЕ ГРИБЫ В ТОМАТЕ
- БЕЛЫЕ ГРИБЫ В МАСЛЕ
- КОНСЕРВИРОВАНИЕ СОЛЕНЫХ ГРИБОВ
- КОНСЕРВИРОВАННЫЕ СОЛЕНЫЕ ВОЛНУШКИ

- КВАШЕНИЕ ГРИБОВ
- БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫЕ ГРИБЫ
- СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫЕ ГРИБЫ
  - 1 СПОСОБ
  - 2 СПОСОБ
  - 3 СПОСОБ
  - 4 СПОСОБ
- ЗАМОРОЖЕННЫЕ ЖАРЕНЫЕ ГРИБЫ
- ЗАМОРОЖЕННЫЕ ТУШЕНЫЕ ГРИБЫ

- ГЛАВА IV ОХОТНИЧЬИ РАССКАЗЫ
  - СОВЕТЫ НАЧИНАЮЩЕМУ ОХОТНИКУ
  - НА ПРИВАЛЕ
  - Давайте начнем с супов
    -
    - БУЛЬОН ИЗ ФАЗАНА «БАРСКИЕ ПРИХОТИ»
    - СУП ИЗ ДИЧИ «ДЫМ КОСТРА»
    - СУП «СЛЕДОПЫТ»
    - СУП «НАВАРИСТЫЙ»
    - СУП «ОХОТНИЧИЙ»
  - Вторые блюда
    -
    - ПОЧКИ КОСУЛИ «СПЕЦ»
    - СЕРДЦЕ ЛАНИ
    - ОЛЕНИНА «ДИАНА»
    - КАБАН «А-ЛЯ ПОПАЛСЯ»
    - ЗАЯЦ ОТ КУПЕРА
    - ЗАЯЦ ПО-ИНДЕЙСКИ
    - КРОЛИК-ДИКАРЬ

- КРОЛИК С ГРИБАМИ
- ФАЗАН ПО-НАСТОЯЩЕМУ
- ФАЗАН «АЗАРТ»

- ПРИНЕСЛИ ДОБЫЧУ ДОМОЙ
  - ПТИЦА
    -
    - СУПЫ ИЗ ДИЧИ
    - СУП-ПЮРЕ ИЗ ДИЧИ
    - СУП-ПЮРЕ ИЗ РЯБЧИКОВ ИЛИ ФАЗАНОВ С ШАМПАНСКИМ
    - СУП-БУЛЬОН ИЗ ДИКИХ УТОК
    - СУП-ЛАПША ИЗ ДИКИХ УТОК
    - ТУШЕНАЯ ИЛИ ЗАПЕЧЕННАЯ ДИЧЬ
    - ТУШЕНАЯ ДИКАЯ УТКА
    - КУРОПАТКИ, ТУШЕННЫЕ С КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ
    - ТЕТЕРЕВА В СМЕТАНЕ
    - ДИЧЬ С ЯБЛОКАМИ
    - СУФЛЕ ИЗ РЯБЧИКОВ
    - ПРАЗДНИЧНЫЕ БЛЮДА ИЗ ДИКОЙ ПТИЦЫ
      - КУРОПАТКИ «ПАРНАС»
      - СЫР ИЗ ДИЧИ
      - ПЕРЕПЕЛКА «А-ЛЯ ЧЕХИЯ»
      - ДИКИЙ ГУСЬ В ВИНЕ
      - ПЕРЕПЕЛА ТУШЕННЫЕ В ВИНЕ
      - МАРИНОВАННАЯ ДИЧЬ
      - ЗАГОТОВКА ПТИЦЫ ВПРОК
      - КОПЧЕНЫЙ РУЛЕТ ИЗ ДИКОГО ГУСЯ
      - СОЛЕНИЕ ДИЧИ
      - КОПЧЕНИЕ ДИЧИ
      - ХОЛОДНОЕ ИЗ КУРОПАТОК
  - ЖИВОТНЫЕ
    -
    - БЛЮДА ИЗ ДИЧИ
      - СУПЫ
      - БУЛЬОН ИЗ ОЛЕНЬИХ КОСТЕЙ
      - МЯСО-КОСТНЫЙ БУЛЬОН
      - СУП «УДАЧНАЯ ОХОТА»
      - СУП ИЗ ДИЧИ «ФРАНЦУЗСКИЙ СНЕГ»
      - СУП ИЗ МЕДВЕЖАТИНЫ «СИБИРЯК»

- СУП ИЗ ДИЧИ «БЕЛЫЙ»
- СУП ИЗ РИСА «ДЕЛИКАТЕСНЫЙ»
- МЯСО, ЗАПЕЧЕННОЕ В ГОРШОЧКЕ И ЦЕЛИКОМ
- МЯСО ОЛЕНЯ «ОСЕННЯЯ ПОРА»
- МЯСО КОСУЛИ «ПИЩА БОГОВ»
- МЯСО МЕДВЕДЯ «ХОЗЯИН ТАЙГИ»
- ПИРОГИ, ПИРОЖКИ, ПЕЛЬМЕНИ С ДИЧЬЮ
- ПИРОГ «ТВОРЕНИЕ»
- ПИРОЖКИ «ЛИВЕРПУЛЬ»
- ПИРОЖКИ «ФЕЕРИЯ»

- ЗАГОТОВКА ДИЧИ ВПРОК
  - 
  - СОЛОНИНА
  - СТРОГАНИНА
  - КОПЧЕНОЕ МЯСО
  - КОНСЕРВИРОВАНИЕ ДИЧИ
  - КОНСЕРВИРОВАННОЕ МЯСО КАБАНА С ЛУКОМ И СПЕЦИЯМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

○ ГЛАВА V ЛЕСНЫЕ ЧАИ

- 
- ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА
- ЧАЙ «ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ»
- ЧАЙ «ЛИПОВЫЙ ЦВЕТ» (первый вариант)
- ЧАЙ «ЛИПОВЫЙ ЦВЕТ» (второй вариант)
- ЧАЙ «РЯБИНОВЫЙ»
- НАПИТОК «ИВАН-ЧАЙ» (первый вариант)
- НАПИТОК «ИВАН-ЧАЙ» (второй вариант)
- ЧАЙ «БОЯРЫШНИК»
- ЧАЙ «МАЛИНОВЫЙ»
- ЧАЙ «РОМАШКОВЫЙ»
- ЧАЙ «ЛЕСНАЯ СКАЗКА»
- ЧАЙ «ТЕРПКИЙ»
- ЧАЙ ИЗ ШИПОВНИКА СО СМОРОДИНОЙ
- ЧАЙ «ЛЕТНИЙ»
- ЧАЙ «ЗЕМЛЯНИКА»
- ЧАЙ «ВИТАМИННЫЙ»
- ЧАЙ «МАЛИНКА»
- ЧАЙ «МЯТНЫЙ»

○ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

# Иван Ильич Дубровин
# Лес-кормилец

# ВСТУПЛЕНИЕ

Лес — место, где всем нам следовало бы бывать почаще, настолько там хорошо, так много там полезного для нас. Оказываясь в лесу, попадаешь в другой, почти сказочный мир, и надо сказать, что именно там для сказки самое подходящее место.

Однако вернемся к правде жизни, оставив сказки прошлому и нашим детям для развлечения. Вы и лес. Конкретно. Конечно, обязательно встрянет лесник, непременно влезет — работа у него такая. Но это лишь в том случае, если вы начнете рубить деревья, охотиться в неположенное время, оставлять непогашенными костры, подвергая лесные угодья и всех, кто в них находится, серьезной опасности. А так — пользуйтесь на здоровье. Тут всего с избытком и на всех хватит.

Кстати, о здоровье. Это просто невозможно передать словами, как полезен воздух соснового бора для человеческих легких. Хотя бы ради этого стоит неколько раз в году прогуляться по лесу, избавить себя от всей той гадости, которой мы дышим в городе, сами же ее приготовляя, а взамен набраться живительного и целительного аромата вечной зелени. При ослабленных легких делать такие прогулки просто необходимо.

Грибы и ягоды, травы и дичь для «тихих» и «громких» охотников — полное изобилие на все вкусы. Даже древесная кора может сослужить вам службу: и не только в качестве строительного материала, но и для здоровья — широко известны, например, целительные свойства дубовой коры.

Итак, читайте эту книгу и еще раз убедитесь в том, что лес — ваш друг и помощник.

# ГЛАВА I СЕКРЕТЫ РОБИНЗОНА

Возможно, рост городов, а стало быть, и сопутствующих им суеты, шума, загрязнений, вынуждает некоторых людей срываться с места и, бросив все, пускаться в бегство от цивилизации. Эти люди ищут спасения в лесу, словно такая первобытная жизнь несет в себе частицу чего-то напрочь утерянного комфортом современного жилья. Впрочем, как показали исследования, одна-единственная «вылазка» горожанина на природу настолько заряжает его положительными эмоциями, что он становится намного трудоспособнне и энергичнее. Итак, ученые доказали разумные основания для побега в дебри. А что же мы, обыватели? А мы по-прежнему считаем «дикарей» чудаками и называем их в шутку робинзонами.

В своем отношении к лесу мы на редкость солидарны с нашими далекими предками, которые боялись леса, боялись в нем заблудиться и умереть с голода. Поэтому они населяли лес всякой нечистью, крайне враждебной человеку, запугивали этими бреднями себя и детей. Это в высшей степени странно, если вспомнить, что наши пращуры-общинники гораздо больше зависели от пищевых ресурсов леса, чем современный человек. Что такого страшного в лесу? Ничего! Читайте нашу книгу дальше, и вы сами убедитесь, что пропасть в лесу нельзя, даже если вы в нем заблудитесь.

Что ж, начнем нашу робинзонаду с того, что само слово «робинзон» неприменимо к данной ситуации. Настоящий Робинзон не по доброй воле провел на необитаемом острове 18 лет, а попал туда в результате кораблекрушения. Прототип Робинзона — живший в XVIII веке моряк Александер Селкирк — хоть и провел на необитаемом острове Хуан Фернандес всего 4 года (1704–1708 гг.), но попал на него тоже недобровольно: его высадили туда пираты, вместе с которыми он разбойничал. К слову, подобрали его с острова тоже пираты, среди которых был знаменитый морской доктор Довер, создатель доверова порошка из коры хинного дерева. Как бы то ни было, Селкирк, по его личному мнению, с пользой для себя провел время на этом острове — у него было время о многом подумать. Конечно, не стоит уходить в лес на четыре года, но времени подумать о своей жизни при вылазке в лес для городского человека все равно предостаточно.

Теперь разберемся с мифом древних славян о том, что в лесу можно пропасть и умереть с голода. Отнюдь, от голода в лесу умереть невозможно. Там растет такое количество растений —

трав, ягод, орехов, что даже если вы скверный охотник или в лесу мало дичи, заблудившись, запросто сможете прожить на вегетарианской диете. Обо всех этих «дарах природы» мы подробнее расскажем ниже, в отдельных главах, а настоящую — обзорную главу — мы посвятим рассказу о лесе вообще.

Леса различаются по видовому составу древесных пород на хвойные, смешанные и широколиственные (листопадные). Хвойные леса, или тайга, начинаются южнее тундры. В зоне тайги средняя температура самого теплого месяца в году — июня не превышает 10 градусов тепла, а также тайга, особенно в европейской части России, характеризуется высокой влажностью. Поэтому хвойные леса представлены деревьями с листьями в виде покрытых воском хвоинок и теплосберегающим соком — смолой. Европейская тайга состоит из ели и сосны.

Еловые леса довольно влажные и тенистые, поскольку ель создает под своим пологом микроклимат, разительно отличающийся от других микроклиматов, создаваемых остальными древесными породами. В ельниках растут тенелюбивые растения. Эти леса обычно лишены кустарников, почва таких лесов покрыта густым «ковром» мха. В ельниках обычны мелкие кустарнички, к примеру черника, заросли которой формируют особый тип хвойного леса — ельник-черничник, а также брусника и прочие. В основном все растения елового леса многолетние, цветущие белыми, единственно заметными в полумраке ельника, цветами. Подстилка ельника отличается сильно кислой реакцией, а потому составляющие подстилки разлагаются почти исключительно грибами, видовое многообразие которых в еловом лесу чрезвычайно велико.

В сосновом лесу нет сильного затенения, напротив, кроны этих деревьев пропускают массу солнечного света. Микроклимат сосного леса сухой. В случае произрастания леса на скудной питательными веществами почве в изобилии растут лишайники, например олений мох, который часто образует настолько густой покров, что такой сосняк называют лишайниковым бором. Обычен для соснового леса моховой почвенный покров. Существуют сосняки-кисличники: кислица доминирует в сосновом лесу при достаточном увлажнении почвы и наличии в последней необходимых минеральных веществ. В сосняках растут всевозможные кустарники.

Смешанные леса носят название хвойно-широколиственных, потому что в таких лесах встречаются не только голосеменные, но и покрытосеменные, листопадные деревья. Эти леса располагаются южнее тайги только в европейской части страны и на Дальнем Востоке, в то время как в Сибири, с более морозным и

засушливым климатом, таких лесов нет. Четыре месяца в году в зоне смешанных лесов средняя температура превышает отметку 10 градусов тепла, что позволяет расти в них лиственным деревьям. Севернее всех среди прежних сосен и елей растут такие широколиственные породы, как береза, которая даже забирается в зону тайги. Береза обычна для ельников. Поздней осенью, до выпадения снега, березовые ельники представляют собой очень красивый пейзаж из белизны березовых стволов и зелени елей и мха, который создает иллюзию вечного лета. Что до ели, то она считается обычной хвойной породой смешанного леса.

Наиболее широко распространенное лиственное растение этой зоны — дуб черешчатый, который в простонародье и называют «деревом-богатырем». Дуб и ель жестко конкурируют в тех частях данной зоны, где климат дает им равные возможности, но в целом смешанные леса поделены этими породами на две подзоны, в одной из которых — влажной северной — господствует ель, а дуб малочисленен, а в другой — сухой южной — наблюдается обратная картина. Численность и состав прочих видов в данной зоне определяется структурой лесных почв. На песчаных и супесчаных почвах преобладает флора хвойного леса. На богатых суглинистых почвах встречаются различные породы, в зависимости от форм рельефа. В понижениях, типа отстойников холодного воздуха, растут ельники, вершины холмов дают приют дубам, а вот плоские водоразделы и склоны холмов заселены дубом и елью в равной степени. Кроме дубов, в смешанных лесах в общей массе встречаются клен, липа и ясень, а также некоторые другие породы. Для этого леса обычны кустарники вроде орешника (лещины).

Широколиственные леса растут южнее, они сменяют смешанные за счет высоких температур в этой зоне: средняя температура июля составляет 20 градусов тепла! Климат в данной зоне формируется также под воздействием влаги, приносимой воздушными массами с Атлантики. Лиственные леса начинаются от линии Тула — Казань и заканчиваются лесостепью в северной части Нижнего Поволжья. Деревья в широколиственном лесу располагаются поэтажно: самыми высокими являются дубы и ясени, это господствующие формы, хотя им не особенно уступают низкорослые деревья типа кленов остролистных, вязов и лип. Самый нижний этаж древесного мира представлен полевыми кленами и дикими яблонями и грушами. Все эти деревья выполняют роль спутников лесных великанов.

Богато представлены в данной зоне такие кустарники, как орешник, бересклет, шиповник, крушина, жимолость. Травы в широколиственных лесах потеснили мхи и лишайники и

являются главными формами почвенного покрова. Мхи в данном лесу подавляются опавшими листьями, которые тем не менее благотворно влияют на произрастание шляпочных грибов, создавая для последних среду развития вегетативного тела — подстилку для грибницы. Травы лиственного леса обладают крупными листовыми пластинками, а потому называются дубравным широкотравьем. Кустарничков в широколиственных лесах, в противоположность хвойным лесам, совсем не встречается.

В зоне лесостепи также встречаются леса, представляющие собой несплошную полосу, но отдельные островки широколиственных древестных пород, произрастающих в междуречьях, где сменяют бесконечную разнотравную степь. По своему видовому составу эти леса похожи на дубравы. Господствующей древесной породой здесь опять-таки является дуб черешчатый, среди его окружения присутствуют липа мелколистная и клен остролистный. И вместе с тем сухость климата существенно влияет на видовой состав. Различаются два типа лесов данной зоны: это нарушенные и настоящие ненарушенные дубравы — лесостепные комплексы, видовой состав и развитие древесного яруса которых определяются воздействием хозяйственной деятельности человека.

Нарушенные леса на протяжении нескольких столетий подвергались воздействию человека, проводившего систематическую вырубку деревьев. Эти леса самовосстанавливались за счет образования поросли на пнях срубленных деревьев. В результате современные нарушенные леса представлены сохранившимися порослевыми экземплярами — низкорослыми, сухими и убогими формами с кривыми стволами. Ненарушенные леса лесостепной зоны можно наблюдать в некоторых заповедниках Воронежской области. Это могучие массивы, образованные великолепными экземплярами — многосотлетними толстоствольными великанами, такими, как дуб, ясень, липа. Господствующим деревом здесь является, конечно же, дуб: эти леса — самые настоящие былинные дубравы, сдерживавшие своим грозным видом полевых кочевников в далеком прошлом, тем самым защищая селения славян.

Видовой состав таких дубрав не идет ни в какое сравнение с таковым в нарушенном лесу. Это уникальные природные объекты, которые не могут скопировать ни более северные широколиственные леса, ни нарушенные древесные комплексы лесостепи. Здесь можно найти три вида кленов (татарский, остролистный и полевой) и массу всевозможных кустарников, но особенно богат травяной покров настоящих степных дубрав —

здесь и осока, и сочевичник, и пролеска, и многие другие.

Таковы основные типы российских лесов. Только сравнив их все, побродив по ним в поисках ягод или грибов и повидав всю эту красоту, носящую на себе отпечаток человеческой жизнедеятельности и наложившую свой отпечаток на психологию потомков жителей дубрав и сосняков, — только тогда понимаешь подлинный смысл избитой фразы: «Лес — наше богатство».

Про лес можно рассказывать до бесконечности, ибо лес — рекордсмен во всех отношениях. На протяжении 300 миллионов лет своей истории леса давали кров для подавляющего большинства видов живых существ. В лесах нашей планеты (которую мы зовем зеленой, оттого что на ней растут эти самые леса) обитает больше видов растений и животных, чем в пустынях, на дне океана и где бы то ни было. Лес дает мясную пищу, витаминосодержащие продукты, лекарственные препараты. Но самое главное, лес дает психологическую разрядку и полезный отдых. Поэтому, не мешкая ни секунды, отправляйтесь в лес за едой и здоровьем! Наша книга будет вашим надежным помощником.

# ГЛАВА II В ЛЕС ПО ЯГОДЫ

# ЧТО СЛЕДУЕТ ПОМНИТЬ, ОТПРАВЛЯЯСЬ ЗА ЯГОДАМИ В ЛЕС

Если вы решили отправиться в лес не только для того, чтобы наполнить свои легкие чистым лесным воздухом и отдохнуть на природе, но еще и для того, чтобы принести домой лесные дары, например ягоды, то вам нужно знать несколько правил по их сбору.

Чтобы собрать качественные, богатые витаминами и полезными веществами ягоды, нужно знать время их созревания. Недозрелые ягоды не только невкусны, но и плохо действуют на организм человека, а черный паслен в незрелом виде и вовсе ядовит. Перезрелые ягоды утрачивают большинство своих полезных свойств, плохо хранятся и неудобны в переработке. Поэтому ягоды следует собирать по мере их созревания. Большинство ягод созревают в июле — это самый благоприятный месяц для любителей лесных даров.

Собирать ягоды нужно очень осторожно, снимая с куста или деревца только сами ягоды с плодоножками. Нельзя обрывать ветки и листья, если вы не собираетесь их использовать. Ни в коем случае не вырывайте растение с корнем — это запрещено, особенно если растение здоровое и полноценное. Производить сбор ягод можно только при бережном отношении к природе, не нарушая законов леса и сохраняя растения.

Собранные ягоды обычно складывают в корзины или на лотки. Складывая ягоды в корзину, постарайтесь, чтобы они располагались в ней как можно свободнее. Набивать ягоды в корзину не рекомендуется, так как они не только деформируются, давятся, но и начинают самонагреваться и часть действующих начал в них разлагается. По той же причине не рекомендуется использовать очень глубокие корзины.

Очень хорошо для сбора ягод подходят лотки. Ягоды на лотках не давятся, не выделяют сок, не деформируются и сохраняют все свои первоначальные свойства.

**Земляника лесная** .

Лесная земляника, пожалуй, самая распространенная из всех лесных ягод. Растет она по лесным полянам, травянистым склонам и изредка — на лугах.

Цветет земляника с мая по июль. Цветки белые, на длинных цветоножках, в малоцветковых полузонтиках.

Плоды земляники созревают в июне-июле. Они ложные, неправильно называемые ягодами. Плоды земляники

представляют собой мясистое цветоложе, повислое, красного цвета, с многочисленными плодиками семянками.

Ягоды земляники являются лекарственным сырьем и употребляются как в свежем, так и в высушенном виде. Они содержат множество полезных веществ: витамин С, каротин, витамин В6, немного витамина В1, сахар, лимонную, салициловую, яблочную, хинную, дубильную, фолиевую и фосфорную кислоты, пектиновые вещества, ацетановые соединения, немного минеральных веществ, железо, марганец, кверцитин, кверцитрин, эфирное масло, фитонциды.

Полезны не только ягоды земляники, но и листья, и корни. Но помните, что листья и корни можно собирать только у лесной земляники, садовая для этих целей не подходит. В листьях лесной земляники найдены: аскорбиновая кислота, дубильные вещества, следы алкалоидов, эфирное масло. В корнях содержится много дубильных веществ.

**Земляника** широко используется в научной медицине. Ее применяют как диетическое средство при заболеваниях сердца, печени, почек, как источник витамина С, как общеукрепляющее средство, для регуляции деятельности кишечника. Землянику используют также при воспалительных заболеваниях желудка и желчевыводящих путей. Она возбуждает аппетит, регулирует пищеварение, утоляет жажду, а в больших количествах понижает поглощение йода щитовидной железой. Земляничный сок издавна использовался как хорошее средство для лечения ран и выведения пигментных пятен на лице. Землянику советуют употреблять людям больным диабетом, которые лишены возможности пользоваться обычным сахаром.

Но нужно помнить, что несмотря на все полезные свойства земляники, есть люди, которые ее не переносят. При употреблении земляники у них появляются покраснения на коже, зуд и другие признаки аллергии. При появлении подобных симптомов следует немедленно прекратить употребление земляники и обратиться ко врачу.

**Ежевика** .

Ежевика — очень распространенное растение. Ягоды ежевики являются не только вкусным, но и лечебным продуктом. Растет ежевика по берегам рек, оврагов, по обрывам, холмам, кустарникам. Это растение можно часто встретить в лесу, на лугах, около дорог. Часто ежевику разводят в садах и огородах. Эти ягоды можно найти по всей территории нашей страны, кроме Крайнего Севера.

Ягоды ежевики растут на полукустарнике с прямостоячими цилиндрическими побегами с обильным белым налетом и

тонкими шипами. Цветет ежевика белыми, довольно крупными цветами. Плод — черная сборная костянка, имеет небольшой белый налет, по форме напоминает малину. Ягоды темно-синего цвета.

Цветет ежевика с июня и до осени. Ягоды начинают зреть в августе. Именно в это время можно начинать их сбор.

Ягоды ежевики считаются целебными и используются как в народной, так и в научной медицине. Отправляясь в лес за ежевикой, не забудьте, что не только ягоды, но и листья этого растения обладают целебными свойствами и могут вам очень пригодиться.

В ягодах ежевики содержится большое количество клетчатки, органические кислоты, сахар, витамины группы В, витамины А, С, Е, азотистые, пектиновые, ароматические и дубильные вещества, а также соли калия, медь, марганец.

В листьях ежевики содержатся: дубильные вещества, яблочная, молочная, щавелевая и винная кислоты, а также инозит.

С давних пор настой из ягод и листьев ежевики применяли в качестве успокаивающего и общеукрепляющего средства. Ягоды ежевики хорошо помогают при заболеваниях суставов, воспалительных процессах, при кашле. Ягоды используют также и для заживления ран.

**Барбарис** .

В диком состоянии это растение встречается довольно редко на Юго-Востоке, а вот в Саратовской и Волгоградской областях его можно встретить гораздо чаще.

Барбарис — кустарник до 2 м высотой, сильно ветвистый. Защищен трехраздельными колючками, которые расположены по всей длине веток. В пазухах колючек располагаются укороченные ветки с пучками листьев. Цветки барбариса светло-желтые, собраны в кисти. Плоды представляют собой красные одно-двухсемянные ягоды.

Цвести барбарис начинает в мае-июне. В августе начинают созревать плоды.

Плоды барбариса используют как ценный пищевой продукт. Они кислые на вкус, поэтому чаше всего их перерабатывают — консервируют, варят варенье, желе, сиропы. Но многие очень любят ягоды барбариса в свежем виде.

**Боярышник** .

Боярышник встречается в средней полосе европейской части нашей страны, на юге Сибири и в восточных районах Средней Азии. Растет боярышник в разреженных лесах, в степных оврагах и по речным кустарникам.

Боярышник представляет собой кустарник или небольшое деревце, достигающее 4 м в высоту. Ветки у него покрыты блестящей коричневой корой и снабжены прямыми толстыми колючками, которые могут достигать до 2,5 см. Листья боярышника по краю зубчатые, сверху темно-зеленые, снизу посветлее. Цветет боярышник белыми или розоватыми цветами, тычинки с красными пыльниками. Плоды — ягоды кроваво-красного цвета, бывают с 3–4 косточками, а бывают с одной.

Цветет боярышник в мае-июле. Плоды созревают к сентябрю-октябрю.

В плодах боярышника содержится много кислот: урсоловая, олеаноловая, хлорогеновая, кофейная, лимонная, виннокаменная, кратегусовая и аскорбиновая. Кроме кислот, ягоды содержат каротин, гиперозид, кварцитрин, бетаситостерин, сапонины, дубильные вещества, сорбит, холин, ацетилхолин, жирное масло и сахар.

Боярышник получил широкое признание как в народной, так и в научной медицине. Его применение в обоих случаях почти одинаково. Уже с давних времен боярышник применяют при сердечных заболеваниях, при атеросклерозе и стенокардии. Из плодов боярышника готовят муку, варят варенье и кисели. Помимо этого, из ягод можно заварить чай, который обладает прекрасными целебными свойствами.

**Брусника** .

Брусника встречается в северной полосе нашей страны. Растет она в хвойных и лиственных лесах. В черноземной полосе и на Юго-Востоке европейской части нашей страны бруснику можно встретить в редких хвойных и лиственных лесах, по торфяным болотам.

Брусника — кустарник, достигающий 20 см в высоту. Стебли прямостоячие, ветвистые. Листья очередные, мелкие, блестящие, с черными точечными железками. Цветет брусника белыми и розовыми цветками, собранными в кисти на концах ветвей. Плод боярышника — ягода округлая, красного цвета.

Цвести боярышник начинает в мае-июне, а плоды созревают в августе-сентябре.

Зрелые ягоды брусники содержат в себе до 7 % сахаров, среди которых преобладают фруктоза и глюкоза. В ягодах содержатся лимонная, яблочная, бензойная кислоты и немного винной кислоты, а также дубильные вещества, гликозиды, много клетчатки, витамин С и следы каротина. В бруснике содержится много марганца, а содержащийся в ягодах арбутин, попадая в организм, расщепляется на сахар и гидрохинон. Последний обладает противомикробным действием.

Из ягод брусники готовят прекрасный прохладительный напиток, который утоляет жажду и дается лихорадочным больным. В свежем, мочеком и вареном виде брусника применяется при катаре желудка с пониженной кислотностью, поносах, ревматизме, подагре.

Из брусники варят варенье, готовят компоты, вытяжки, соки, пастилу, начинку для конфет. Эти ягоды можно мочить, мариновать или просто засыпать сахаром. В свежем или мочеком виде бруснику применяют в качестве приправы к различным блюдам. Благодаря наличию в ягодах брусники бензойной кислоты, они могут долго храниться в любом виде.

**Бузина черная.**

Бузину черную можно встретить в средней полосе европейской части нашей страны, на Украине, Кавказе, в Белорусии. Растет бузина в подлеске, лиственных лесах, на опушках, иногда ее разводят в садах, парках.

Бузина черная — кустарник или деревце 3– 10 м высотой. Цветки мелкие, душистые, желто-белого цвета, в многоцветковых щитках. Плод — ягодки черно-фиолетового цвета.

В ягодах бузины содержатся: аскорбиновая кислота, каротин, самбуцин, смола, глюкоза, фруктоза, свободные кислоты, дубильные вещества, антоциановые вещества, карбоновые и аминокислоты, тирозин и красящее вещество.

Настой, приготовленный из высушенных ягод бузины, применяется для усиления диуреза, улучшения желчевыделения, способствует продвижению содержимого кишечника. Из ягод бузины готовят мармелад, который действует как мочегонное и слабительное средство.

В пищевой промышленности из ягод бузины делают безвредную пищевую краску. Ягоды бузины вместе с цветами используют для приготовления варенья. Высушенные ягоды применяют для приготовления киселей.

**Калина** .

Калина распространена почти по всей территории нашей страны. Встретить ее можно в подлеске лиственных лесов, среди кустарников, на заливных лугах и по берегам рек.

Калина — кустарник, достигающий 3 м в высоту. Кора бурая или красно-бурая. Цветет калина белыми цветками, собранными в щитковидные полузонтики. Плод — ягода с одной косточкой, красного цвета, на вкус горькая. Цветет калина с конца мая — начала июня. Собирать ягоды калины нужно после первых заморозков — тогда они становятся сладкими.

В народной медицине плоды калины применяются в качестве слабительного, потогонного и рвотного средства. Ягоды калины

применяют также при язвенной болезни желудка, а настоянные на меду в течение 6–7 часов, они являются прекрасным средством при простудных заболеваниях. Свежие ягода калины и настой из них применяют при гастрите и в целях профилактики рака желудка.

Плоды калины широко применяются не только как лекарственное средство, но и как богатый витаминами пищевой продукт. Из них готовят кисели, желе и пр. В кондитерском производстве плоды калины используют для приготовления пастилы и начинок для конфет.

**Кизил** .

Кизил растет в лесах, на горах. Его разводят в садах, а на Кавказе, в Крыму и Дальнем Востоке, редко — на Украине и в Белорусии. Чаще кизил разводят в качестве декоративного растения.

Кизил растет в виде довольно высокого кустарника или небольшого деревца. Ветви буровато-зеленые, крона весьма раскидистая, листья крупные. Цветет кизил мелкими зеленовато-желтыми цветками, которые собраны в зонтичные соцветия. Плод — продолговатая ягода, красного цвета, с одной бороздчатой косточкой. сначала ягоды кизила имеют вяжущий вкус, но потом становятся кисло-сладкими.

Цветет кизил в апреле-мае. Ягоды можно начинать собирать в августе-сентябре.

Ягоды содержат в себе сахар, ряд органических кислот, дубильные и красящие вещества, витамины и фитонциды.

Кизил широко применяется в народной медицине. Издавна ягоды кизила применяют при желудочных заболеваниях и в качестве источника витамина С как общеукрепляющее, противоцинготное и тонизирующее средство. В китайской медицине кизил применяется при туберкулезе, болях в поясничной области, шуме в ушах. Отвар из плодов кизила используют в виде примочек при головных болях.

Кизил применяется в качестве приправы для приготовления некоторых блюд.

**Клюква** .

Клюква растет в основном на кислых почвах, на торфяниках и сфаговых болотах.

Клюква — вечнозеленый кустарник, достигающий в высоту до 15 см. Стебли у этого растения тонкие, нитевидные и сильно ветвящиеся. Листья простые, мелкие, сверху темно-зеленого цвета и сероватого снизу. Плоды калины — ягоды ярко-красного цвета, шаровидные.

Цветет калина с конца мая до июля. Сбор плодов можно

начинать в сентябре-октябре. Калину можно собирать до момента покрытия ягод снегом. Если собрать плоды весной, после того как они перезимовали, то ягоды будут вкуснее, но в них почти не будет витаминов.

Ягоды клюквы содержат в себе много кислот: лимонную, хинную, бензойную, 7 g 0-окси— 7а 0-кетомасляную, 7а 0-кетоглутаровую, олеановую и урсоловую. Кроме кислот, ягоды клюквы содержат в себе сахар, витамин С, пектиновые и красящие вещества, а также гликозид-вакцинин.

Ягоды клюквы употребляют как в свежем виде, так и в виде сиропов. В народной медицине из ягод клюквы делают напиток, который хорошо утоляет жажду у лихорадочных больных и является источником витамина С. Благодаря наличию в клюкве бензойной кислоты ее используют как средство, помогающее организму бороться с инфекцией. Клюква стимулирует секрецию желез желудочного тракта, поэтому ее назначают при гастритах. Клюква очень широко применяется для приготовления различных блюд.

**Облепиха крушиновидная.**

Облепиха особенно часто встречается на песчано-галечных берегах водоемов.

Облепиха — небольшое деревце или довольно сильно ветвистый кустарник. Кора бурая, листья мелкие. Цветет желтоватыми мелкими цветами. Плод — костянка, оранжевого цвета.

Цветет облепиха в апреле-мае, одновременно начинает и плодоносить.

В плодах облепихи содержится сахар и жирное масло. Облепиха богата витамином С и каротином.

Плоды облепихи используются для получения облепихового масла. Облепиховое масло содержит в себе глицериды, олеиновую, линолевую, пальмитиновую кислоты, а также витамины Е, В, каротин, каротиноиды.

Облепиховое масло применяют наружно для лечения лучевых повреждений кожи и широко используют в гинекологии.

В народной медицине издавна используют облепиховый сок, настойки, сироп и масло. Облепиха применяется при авитоминозах и кожных заболеваниях.

Плоды облепихи можно употреблять в пищу в сыром виде, а можно готовить из них варенье, повидло, желе, наливки, настойки и кисели.

**Малина** .

Малина в диком виде встречается на опушках и полянах, а также в подлесках сыроватых лиственных лесов.

Малина — кустарник или полукустарник, достигающий в высоту 1,2 м. Стебли круглые прямостоячие, с тонкими колючками. Листья очередные, снизу опушенные. Цветет малина небольшими белями цветками. Плод — сборная костянка, красного цвета.

Цветет малина с июня до осени. Сбор плодов можно начинать с июля.

В ягодах малины содержится эфирное масло, яблочная, лимонная, салициловая и капроновая кислоты, сахар, слизь, витамины С, В, Р, каротин, красящие вещества, соли калия, медь, пектиновые и азотистые вещества.

В малине содержится также большое количество пуринов.

В медицинских целях малина употребляется в сушеном виде как потогонное средство при простудных заболеваниях и в качестве легкого диуретического средства.

Малину не следует употреблять больным подагрой и нефритом из-за большого содержания в ней пуринов.

В народной медицине ягоды малины издавна употребляют для улучшения аппетита, регулирования деятельности кишечника, как противорвотное, кровоостанавливающее и отхаркивающее средство.

Ягоды малину широко применяются для приготовления различных сладких блюд и десертов. Из нее варят варенье, делают кисели, желе, пастилу, используют как начинку для пирогов и пр.

**Морошка** .

Морошка растет на торфяных болотах по болотистым лесам, а также в моховых тундрах.

Морошка — многолетнее растение высотой от 5 до 40 см. Стебли однолетние, прямостоячие, при основании с чешуйчатыми листьями. Цветет морошка белыми цветками. Плод — сложная костянка оранжево-желтого цвета.

Цветет морошка в мае-июне. Сбор плодов можно начинать в августе.

Плоды морошки содержат в себе сахар, яблочную, лимонную и аскорбиновую кислоты, а также дубильные вещества.

Ягоды морошки используют в народной медицине в качестве потогонного, мочегонного и противовоспалительного средства.

**Паслен черный.**

Это растение широко распространено по всей территории нашей страны. Растет по берегам рек, по полянам, в огородах, около домов, дорог.

Паслен черный — однолетнее травянистое растение. Стебель у него ветвистый, достигающий в высоту от 15 до 90 см. Листья

яйцевидные, по краям угловато-выемчатые. Цветет паслен белыми мелкими цветками. Плоды — ягоды черного цвета, шаровидной формы. В редких случаях плоды могут быть зеленого цвета.

Цветет паслен с июля по сентябрь. Сбор плодов можно начинать в августе и собирать по октябрь.

В плодах паслена содержится аскорбиновая кислота и гликоалкалоид, который является ядовитым. По мере созревания плодов содержание в них гликоалкалоида уменьшается и почти полностью исчезает, когда плод окончательно созревает.

В народной медицине плоды паслена черного рекомендуется применять в пищу людям, страдающим гипертонией и атеросклерозом.

В древние времена паслен использовали в качестве местного анестезирующего средства перед операциями. Повязки с толчеными ягодами паслена снимают головную боль.

Если ягоды паслена полностью созрели, то можно без опаски использовать их в пищу. Паслен используют в качестве начинки для пирогов, из него варят варенье и пр.

В свежем недозрелом виде паслен черный ядовит!

**Рябина обыкновенная.**

Рябина широко распространена в нашей стране. Растет в основном в еловых лесах, в подлеске и в степной части вдоль берегов рек и в поймах.

Рябина обыкновенная — дерево, достигающее в высоту от 10 до 20 м. Кора серая, листья очередные, непарноперистые. Цветет рябина белыми мелкими цветками, собранными в соцветия в виде крупного щитка, который располагается на конце ветвей. Плоды — ягоды оранжево-желтого или красного цвета, блестящие.

Цветет рябин в мае-июне. Плоды созревают к концу сентября.

В плодах рябины содержатся аскорбиновая кислота, витамин Р, довольно много каротина, 7 b 0-каротин-эпоксид криптоксантин, глюкоза, фруктоза, сахароза, сорбоза, а также яблочная, лимонная, винная кислоты, цианинхлорид, дубильные и горькие вещества, эфирное масло, спирт, сорбит, пигменты.

В народной медицине плоды рябины применяются в качестве мочегонного, кровоостанавливающего и легкого слабительного средства, а также для улучшения аппетита. Помимо этого плоды рябины рекомендуется употреблять при дизентерии, цинге и при геморрое. Зрелые плоды рябины оказывают благоприятное действие при атеросклерозе, гипертонии и почечно-каменной болезни.

Из ягод рябины варят варенье, делают желе, кисели и пр. Рябину широко используют в кондитерской и ликеро-водочной

промышленности.

**Рябина черноплодная.**

Родина черноплодной рябины — Америка. В нашей стране она культивируется, но в последнее время черноплодная рябина получила широкое распространение и теперь ее можно встретить там же, где и обыкновенную.

Черноплодная рябина — раскидистый кустарник, достигающий в высоту от 1,5 до 2,5 м и до 1 м в диаметре. Листья овальные, пильчатые по краю. Цветет черноплодная рябина белыми или розовыми цветками, собранными в плотные щитковидные соцветия. Плоды — ягоды черного цвета, круглые, крупные, с сизым восковым налетим.

Цветет черноплодная рябина в мае-июне. Сбор плодов можно начинать в августе.

Плоды черноплодной рябины содержат глюкозу, сахарозу, инвертный сахар, дубильные и пектиновые вещества, витамины С, Р, А, РР, В2, В12, Е, каротин, микроэлементы, магний, железо, фосфор, медь, марганец, молибден, бор, йод, антибиотики, яблочную и другие органические кислоты.

В научной медицине черноплодная рябина применяется как средство для лечения гипертонии и атеросклероза. Ягоды и сок черноплодной рябины способствуют улучшению аппетита и рекомендуются людям с пониженной кислотностью желудка. Ягоды применяют также как средство от цинги, при кровоточивости и ломкости сосудов, при малокровии, сердечно-сосудистых заболеваниях, а также при лучевой и базедовой болезнях.

Черную рябину нельзя употреблять людям, страдающим гастритом, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки.

Из плодов черноплодной рябины готовят сок, желе, мармелад, варят варенье, компоты, повидло, делают муку, сиропы, кисели. В черноплодной рябине содержится пищевой краситель, богатый витамином Р.

**Смородина** .

Смородину обычно разводят в садах, но она встречается и в диком виде. Дикая смородина растет в основном по берегам рек, в поймах, но может встречаться и в лиственных лесах.

Смородина — кустарник с бледно-желтыми слегка пушистыми побегами. Листья 3-5-лопастные. Цветет смородина колокольчатыми сероватыми цветками. Плод — ягода многосемянка, с засохшим околоцветником на верхушке. Ягоды бывают красного, белого, желтоватого, оранжевого и черного цвета.

Цветет смородина в мае. Сбор плодов можно начинать с

июля. Наиболее полезной считается черная смородина.

Ягоды смородины содержат витамин С, наибольшее количество которого содержится в черной смородине, чуть меньше — в красной и совсем немного — в белой. В ягодах содержится также витамин В, Р, провитамин А, сахара, пектиновые вещества, фосфорная кислота, эфирное масло, дубильные вещества, каротин. Черная смородина отличается большим содержанием солей калия, фосфора и железа.

Ягоды смородины используют как средство, тонизирующее сердечно-сосудистую систему. Смородиновый сок рекомендуется принимать при гастритах, язве желудка, ахилии, энтеритах.

Смородину используют в пищу в сыром виде, варят варенье, кисели, компоты, делают пасты и пр.

**Черемуха** .

Черемуха в нашей стране распространена почти повсеместно. Отсутствует это растение только в Восточной Сибири. Растет она в подлесках лиственных увлажненных лесов, по кустарникам, оврагам и поймам небольших рек.

Черемуха — дерево или кустарник. Листья очередные, по краю с пильчатой пластинкой. Цветет черемуха белыми цветками, очень душистыми, собранными в повислые кисти. Плод — черная костянка.

Цветет черемуха в мае-июне. Сбор плодов можно начинать в июле и собирать по мере созревания до конца сентября.

В плодах черемухи содержатся дубильные вещества, органические кислоты, фитонциды, эфирное масло и гликозид.

В медицине широко используется отвар из плодов черемухи как противопоносное средство.

Черемуху используют в пищу в сыром виде и для приготовления различных сладких блюд.

**Черника** .

Растет в основном по еловым лесам и болотам. Встречается почти по всей территории нашей страны, кроме Юго-Востока.

Черника — многолетний кустарник, достигающий 30 см в высоту. Стебель круглый, прямостоячий, ветвистый, бурого цвета. Листья очередные, городчато-зубчатые. Цветет черника мелкими розовыми цветками. Плод — ягода шаровидной формы, черного цвета, с несколькими семенами.

Цветет черника в мае-июне. Сбор плодов можно начинать в июле-августе.

В ягодах черники содержится большое количество тростникового сахара, дубильные и пектиновые вещества, яблочная, лимонная, молочная, щавелевая, хинная и янтарная кислоты, витамин С, красящий пигмент.

Ягоды черники обладают вяжущим действием, поэтому широко применяются при острых и хронических поносах у детей, катарах верхних дыхательных путей, ангине.

В народной медицине ягоды черники очень популярны и широко применяются. Их рекомендуется применять при катарах кишечника, камнях почек, подагре, ревматизме, кровотечениях, воспалениях ротовой полости и горла, а также для лечения чешуйчатого лишая.

Чернику широко используют для приготовления различных сладких блюд. Ее используют как начинку для пирогов, варят варенье, желе, кисели и прочее.

# ЯДОВИТЫЕ ЯГОДЫ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ОБХОДИТЬ СТОРОНОЙ

Отправляясь в лес, не забудьте о том, что не все ягоды нужно брать в свою корзинку. Будьте очень осторожны и внимательны, так как некоторые ягоды являются ядовитыми и представляют опасность для здоровья человека. Если вы найдете незнакомую ягоду, то лучше вообще ее не срывайте, но если вам очень интересно, придя домой, разузнать о вашей находке побольше или найти ее описание в книжке, то, сорвав несколько ягодок, ни в коем случае не кладите их в общую корзину.

Что же представляют собой ядовитые ягоды и как их распознать? Именно об этом мы расскажем вам в данном разделе.

Ядовитыми считаются ягоды, содержащие в себе такие химические вещества, которые при попадании в организм человека вызывают отравление, которое приводит к тяжелому заболеванию, а в некоторых случаях даже к смерти.

Но если для человека ядовитые вещества очень опасны, то для самой ягоды они являются необходимостью, так как защищают ее от животных и птиц. К ядовитым веществам, содержащимся в ягодах, относятся азотистые соединения, соединения сахаров со спиртами, кислотами и другими веществами, а также растительные мыла, горькие вещества, токсины, смолы и др.

В экваториальных странах ядовитых растений и ягод гораздо больше, чем в странах с умеренным климатом. Яд, содержащийся в экваториальных растениях, обладает более сильным действием. Это объясняется климатическими факторами и составом почвы.

1. **Белладонна** .

В буковых лесах, по горным склонам Северного Кавказа растет очень ядовитое растение — белладонна, или, как ее еще называют, красавка. Это растение полностью ядовито! Его ягоды обладают поистине страшным свойством. Трех ягод иногда достаточно для полной остановки дыхания, вследствие чего наступает смерть.

Белладонна — многолетнее травянистое растение, достигающее 1,5 м в высоту. Стеблей может быть один или несколько. Они прямостоячие, ветвистые. Листья очередные, широколанцетные, заостренные, длиной бывают больше 20 см. Цветет белладонна одиночными, иногда парными цветками грязно-пурпурного цвета. Плод — ягода фиолетово-черного цвета, блестящая. Цветет белладонна в июле-августе.

В белладонне содержится алкалоид атропин, а также гиосциамин, скополамин, апоатропин, белладоннин.

Ядовитые свойства белладонны известны с давних времен. Еще древние римляне прозвали это растение «атропа» в честь богини смерти Атропы. Однако в Древнем Риме отношение к белладонне было не столь однозначным. Например, римские красавицы очень осторожно, но все же ели ягоды белладонны с темно-вишневым соком, для того чтобы порумянить щеки, а сок белладонны использовали для расширения зрачков, делая тем самым свои глаза более красивыми.

В наше время белладонна широко применяется в медицине, особенно для лечения различных болезней органов зрения. Но не советуем вам самостоятельно применять это растение, несмотря на его лечебные свойства и опыт римских красавиц. Помните, что это в первую очередь ядовитое растение, ягоды которого могут привести к смерти.

2. **Волчье лыко (волчник).**

Растение распространено в европейской части нашей страны, в Западной Сибири, на Северном Кавказе. Растет в темных влажных хвойных и лиственных лесах.

Волчье лыко — кустарник, достигающий 1,5 м в высоту. Ветви сначала имеют сероватую окраску от опушения, затем становятся голыми. Листья располагаются на конце ветвей; очередные, к основанию сужены, сверху зеленые, снизу серо-голубые.

Цветет волчье лыко розовыми или белыми цветками, очень душистыми. Плод — ягода круглой или яйцевидной формы, односемянная, костянка, очень сочная, ярко-красного цвета. У растений с белыми цветками ягода желтого цвета.

Цветет волчье лыко в марте-апреле. Плоды образуются в июне-августе.

В плодах этого растения содержатся эфирное масло и коккогнин.

Это растение широко используется как в научной, так и в народной медицине, но требует очень осторожного обращения. Настои из ягод волчьего лыка используют для наружного применения при ревматизме, подагре, невралгиях, для ускорения созревания нарывов.

Растение чрезвычайно ядовито!

3 **. Вороний глаз.**

Наверно, многие из вас встречали в лесу очень красивые блестящие ягоды черно-синего цвета. Это вороний глаз. Ягоды и вправду напоминают глаз вороны. Но несмотря на красоту, эти ягоды могут применять в пищу только птицы, которые разносят

семена данного растения по всему лесу, обеспечивая таким образом их размножение. Для человека и животных вороний глаз ядовит. На вкус ягоды горькие, что само по себе является предупреждением об их непригодности в пищу.

Встречается вороний глаз в европейской части нашей страны, на Северном Кавказе, в Сибири, на Дальнем Востоке. Растет преимущественно в хвойных лесах среди кустарников.

Вороний глаз — многолетнее травянистое растение, достигающее в высоту от 15 до 45 см. Стебель прямостоячий, листья расположены на конце стебля. Цветки одиночные. Плоды — ягоды сине-черного цвета.

Цветет вороний глаз в мае-июне. Плоды образуются в июле-августе.

Все растение ядовито!

4. **Ландыш майский.**

Как красиво в лесу весной, в пору цветения ландышей! Не менее красиво и тогда, когда ландыши уже отцвели, а на месте цветов образовались ярко-оранжевые ягодки, собранные в грозди.

Майский ландыш широко распространен в европейской части нашей страны, на Северном Кавказе, в Восточной Сибири и на Дальнем Востоке. Очень часто встречается в лиственных и смешанных лесах, по кустарникам и на заливных лугах.

Ландыш — многолетнее травянистое растение, высотой до 20 см. Листья прикорневые, ланцетные, гладкие, по 1–3 на каждом растении. Из подземного корневища выходит цветочная стрелка с однобокой цветущей кистью. Цветки белые, очень душистые. Плод — красная трехсемянная ягода.

Цветет ландыш в мае-июне. Плоды созревают в июле.

Ни в коем случае не пробуйте ягоды ландыша на вкус. Не смотря на внешнюю красоту и притягательность, они ядовиты!

5. **Можжевельник** .

Можно встретить почти по всей территории нашей страны, например на Северном Кавказе, в Сибири. Растет это растение преимущественно в сосновых борах, в подлеске лиственных и смешанных лесов, по склонам и на холмах, иногда встречается даже на моховых болотах.

Можжевельник — вечнозеленый кустарник, достигающий 3 м в высоту. Ствол бурый, ветвистый. Листья — хвоя. Мужские цветки — сережки, женские — зеленые шишки. Плоды — шишкоягоды.

Цветет можжевельник в мае. Плоды созревают только на втором году к осени.

В плодах можжевельника содержатся эфирное масло, сахар, органические кислоты, смола, воск, юниперин и минеральные

соли.

Из плодов можжевельника делают настои и отвары, которые применяются как в народной, так и в научной медицине как мочегонное, желчегонное и улучшающее пищеварение средство.

Применять эти препараты нужно очень осторожно, так как есть опасность отравления.

Следует отметить, что есть еще и казацкий можжевельник, который является разновидностью обыкновенного. Его плоды отличаются бугорковатой поверхностью, зеленой мякотью и резким запахом.

Плоды казацкого можжевельника ядовиты!

6. **Шикша черная (ерник, вороника, водянка).**

Это растение довольно широко распространено по всей территории нашей страны. Произрастает в основном в зонах сырых лесов, на торфяных болотах, в расщелинах скал, в мохово-лишайниковых и каменистых тундрах.

Шикша — небольшой кустарник, вечнозеленый и сильно ветвистый. Стебель стелющийся, в длину достигает от 20 см до 1 м. Ветви темно-бурые или коричневые, густо покрыты листвой. Листья мелкие. Цветы у этого растения розовые или темно-красные. Плод — ягода черного или белого цвета, блестящая, шаровидная, содержит 6–9 семян.

Химический состав ягод не достаточно изучен; собирать их не рекомендуется, так как они могут вызвать отравление.

Теперь, надеемся, вы не попадетесь «на удочку» ядовитых ягод, и не подвергнете свое здоровье и здоровье своих домашних опасности.

Ну что ж, о ягодах в лесу мы с вами поговорили. Теперь самое время сказать несколько слов о ягодах на вашем столе. Так что же можно сделать с ягодами? Прежде всего, конечно съесть их в свежем виде. Разумеется. Но для того, чтобы сохранить их и подготовиться к долгим зимним вечерам, надо сделать…

# ВАРЕНЬЕ

Как приятно зимним вечером попить чайку с вареньем! Но, как в народе говорят: «Готовь сани летом, а телегу зимой». А, значит как только в лесу начинает поспевать лесная ягода, самое время подумать о варке варенья.

Каждая хозяйка знает, что тут есть свои тонкости. И только следуя им, можно добиться того, что варенье получится на загляденье: ягоды сохранят свою форму и аромат, а цвет их станет лишь немного темнее.

Если вы хотите сварить варенье из лесных ягод, лучше всего отправляться в лес по ягоды в сухую и солнечную погоду, а варенье варить непременно в день сбора. Это делается потому, что в дождливую погоду ягоды вбирают в себя слишком много влаги и оттого варенье получается водянистым, а ягоды разваривaются. Для варенья лучше подбирать ягоды одинаковой спелости, тогда варенье получится много вкуснее.

Варка любого варенья начинается с приготовления сиропа. В кастрюлю или таз всыпается сахар, добавляется вода и ставится вариться на огонь до тех пор, пока сахар полностью не растворится в воде. Для каждого вида варенья существуют свои особые пропорции воды и сахара.

После того как сироп готов, ягоды заливают горячим сиропом с большой осторожностью и оставляют так на несколько часов. И только после этого начинают варить варенье.

Если же начать варить варенье сразу же после заливки сиропом, да еще на сильном огне, то варенье, скорее всего, получится некачественным. Сироп не успеет впитаться — и потому ягоды сморщатся или разварятся.

Но чтобы получить хорошее варенье, нужно еще варить ягоды в несколько приемов, особенно нежные — землянику, малину, ежевику. В первый раз варенье следует только довести до кипения и поставить на сутки «на выдержку». Второй раз варить варенье нужно только 10 минут, и то на слабом огне, и снова отставить в сторону. И только в третий раз варенье доводят до готовности. Перерыв между второй и третьей варкой следует делать 8-10 часов.

Из ягод, которые легко разваривaются, можно посоветовать варить варенье еще и другим способом: проварить ягоды немного в сиропе, потом с осторожностью извлечь их оттуда при помощи шумовки, а сироп продолжить варить, уваривая его до нужной густоты. Незадолго до того, как сироп будет готов, ягоды вновь опустить в варенье, довести до кипения и, разлить по банкам.

Черная смородина нуждается в предварительной бланшировке. То есть ее на 1–2 минуты нужно опустить в кипящую воду, а потом охладить. Небланшированые ягоды смородины в варенье получаются слишком сухими.

Ежевику, малину и землянику можно варить в один прием, но тогда сначала на слабом огне и только потом — на сильном.

Некоторые хозяйки варят варенье и другим способом — не заливая ягоды сиропом. В этом случае чистые ягоды пересыпаются слоями с сахарным песком и оставляются так на ночь. За несколько часов ягоды пускают сок — и сахар почти весь в нем растворяется. Утром ягодный сок нужно слить и варить, помешивая в течение получаса на слабом огне. В уварившийся ягодный сок нужно положить ягоды и варить еще минут 15. Чтобы варенье было душистым, можно в уже готовое варенье положить несколько ягодных листиков (разумеется, чисто вымытых).

Варенье из черноплодной рябины получается не особенно вкусным, каким-то пресным. Но если в него положить лимонную кислоту, нарезанный дольками лимон или кислые яблоки, то вкус совершенно изменится. Вместо воды можно использовать сок красной смородины. Так же, как и черную смородину, черноплодную рябину можно предварительно пробланшировать.

Количество сахара в варенье зависит от самих ягод и от вкуса того, кто варит варенье. В каждом конкретном случае требуются разные пропорции ягод и сахара.

Когда же варенье считаемся готовым? Это можно определить по нескольким признакам:

1) Пенки не расходятся по краям, а собираются к центру.

2) Ягоды не всплывают на поверхность, а равномерно распределяются по всей массе сиропа.

3) Некоторые ягоды становятся прозрачными.

4) Если поместить каплю варенья между пальцами, а потом быстро их разъединить, то образуется тягучая нить.

5) Если капнуть вареньем на блюдце, капля не растекается, а держит форму.

Варить варенье нужно в широкой, но не высокой посуде, идеально использовать для этой цели медный (латунный или из нержавеющей стали) таз. Посуда должна быть обязательно чистой и сухой, ни в коем случае нельзя пользоваться тазом, на котором имеются зеленоватые пятна окиси — их нужно хорошенько отчистить наждачной бумагой и вымыть горячей водой. Не следует варить больше 3–4 кг ягод одновременно, варенье получится менее качественным.

Во время варки нужно обязательно снимать пенки — это улучшает внешний вид варенья и не дает ему закиснуть. А если

время от времени встряхивать таз, то варенье будет вариться более равномерно.

Если варенье при варке долго остается жидким, можно добавить в него немного лимонного сока или яблочного желе — варенье быстро загустеет.

Перед тем как начать варить варенье, ягоды нужно вымыть. Но не стоит затягивать эту процедуру, чтобы ягоды не раскисли. Землянику, ежевику, малину мойте, не удаляя плодоножек, лучше всего в дуршлаге с крупными отверстиями и очень аккуратно, чтобы не травмировать ягоды. Затем выложите ягоды на чистую и сухую салфетку, высушите и только потом переберите. Нежные ягоды, предназначенные для варенья, должны быть немного недозрелыми, тогда варенье не будет развариваться.

Некоторые хозяйки разливают варенье по банкам горячим, другие же сначала остужают его. По всем правилам, рекомендуется готовое варенье не оставлять в тазу, а перелить в другую посуду, лучше в фаянсовую или облитую глиняную и оставить для остывания. Готовое варенье не нужно накрывать крышкой, достаточно накрыть его чистой марлей или листом бумаги, только ни в коем случае не газетной.

Варенье чаще всего хранят в стеклянных банках. Их нужно тщательно промыть водой с содой, прополоскать и высушить. Потом их хорошо бы простерилизовать: подержать сухие банки над паром, пока по стенкам не начнут стекать капли влаги.

Варенье перекладывают в стеклянные банки, следя за тем, чтобы сироп и ягоды распределялись равномерно, и закатывают. Можно поступить и по-другому: закрыть банки с вареньем пергаментной бумагой, потом сверху картонным кружком, затем снова пергаментом — и обвязать шпагатом. Для этой цели шпагат нужно предварительно смочить горячей водой — тогда, высыхая, он плотно охватит банку и не будет пропускать воздух. Вместо шпагата можно с успехом пользоваться аптечной резинкой.

Хранить варенье нужно в сухом прохладном месте. Идеально подходит для хранения варенья подвал или погреб. В городской квартире банки с вареньем можно хранить на нижней полке холодильника, в кладовой.

Бывает, что варенье засахаривается. Исправить это можно следующим способом: выложите варенье из банок в таз, добавьте 3–5 ст. л. воды на каждый килограмм варенья. Теперь варенье нужно поставить на огонь и довести до кипения. Проварите варенье с водой несколько минут, непрерывно помешивая. Горячее варенье разложите по банкам, дайте ему остыть и закупорьте банки. Такое варенье нужно использовать в первую очередь, потому что через некоторое время переваренное варенье

может засахариться опять.

Если варенье было недоварено или в него положено сахара много меньше нормы, оно может начать бродить или закисать. Это можно исправить, только если начать переваривать его немедленно. Варенье вылейте в таз, добавьте 200 г сахара на каждый килограмм начавшего закисать варенья и поставьте на огонь. Варенье при варке будет сильно пениться. Пенку эту непременно нужно снимать. И только тогда, когда варенье перестанет пениться, оно считается готовым. Однако такое варенье следует использовать в первую очередь и лучше для приготовления киселей, начинок, муссов.

## МАЛИНОВОЕ ВАРЕНЬЕ «ЛЕСНОЙ АРОМАТ»

Это варенье варится без воды и получается необыкновенно ароматным и вкусным. Вот только варить его нужно маленькими порциями, используя за один раз не более 1 кг ягод. Для аромата и своеобразного вкуса нужно в малину добавить горсточку земляники. Ягоды мыть не надо, их нужно только тщательно перебрать. Ягоды засыпьте сахарным песком и оставьте на 5 часов. Потом поставьте на очень слабый огонь, нагревайте до тех пор, пока сахар полностью не разойдется и варенье не начнет закипать. Как только появятся первые пузырьки, снимите варенье с плиты, выложите в чистые сухие банки и тут же закупорьте. При варке варенье мешать не нужно, а если это все же понадобилось сделать — тогда перемешивайте варенье с большой осторожностью, чтобы не помять ягоды.

Вам потребуется:
малина — 1 кг,
земляника — 100 г,
сахар — 1–1,2 кг.

## МАЛИНОВОЕ ВАРЕНЬЕ «ПРЕЛЕСТЬ»

Ягоды для варенья нужно собирать в сухую погоду. Иногда бывает, что малина поражена малиновым жучком. Тогда на ягодах можно увидеть беленьких личинок. Их очень легко удалить, если на 10–15 минут поместить ягоды в холодный раствор соли (на 1 л воды — 20 г поваренной соли). Личинки всплывут на поверхность — и их можно легко удалить.

Перебранную малину выложите в таз и залейте сиропом, сваренным из сахара. Малина должна «вылежаться» в сиропе несколько часом. При помощи шумовки или дуршлага выньте ягоды из сиропа. Затем приступайте к увариванию сиропа без

ягод. В уваренный до должной густоты сироп положите ягоды (таз несколько раз встряхните, чтобы ягоды полностью погрузились в сироп) и варите на слабом огне еще в течение 10 минут.

Вам потребуется:
малина — 2 кг,
вода — 1,5 л,
сахар — 3 кг.

## ВАРЕНЬЕ «ПЯТИМИНУТКА» ИЗ ЛЕСНОЙ МАЛИНЫ

Это варенье необычно тем, что варится всего пять минут. При этом ягоды не успевают развариться — и полностью сохраняется их аромат и витамины. На дно таза тонким слоем засыпьте ягоды, сверху посыпьте сахарным песком, потом опять слой ягод — и так, пока ягоды не кончатся. Последний слой должен быть ягодным. Оставьте засыпанные сахаром ягоды на несколько часов. Как только ягоды дадут сок, и сахар в нем растворится, ставьте варенье на огонь. Доведите варенье до кипения на сильном огне, убавьте огонь и варите, не помешивая, а лишь время от времени снимая пенки, в течение 5 минут. Горячее варенье разлейте по чистым и сухим банкам и еще горячим закатайте. За 2 минуты до окончания варки положите в варенье несколько листиков лесной малины или мелиссы.

Вам потребуется:
ягоды лесной малины — 2 кг,
сахарный песок — 2 кг,
листики лесной малины или мелиссы — 5–6 шт.

## ЗЕМЛЯНИЧНОЕ ВАРЕНЬЕ «ОБЪЕДЕНЬЕ»

Лучше всего для такого варенья выбрать ягоды некрупные, но твердые и с интенсивной окраской. Вымытые ягоды переберите, чтобы удалить плодоножки и листики; аккуратно, чтобы не помять, выложите ягоды в таз, залейте приготовленным заранее сиропом и оставьте так на 5 часов, а еще лучше на целую ночь. Варенье варите в 2–3 приема. Перерыв между варками должен составлять не менее 6 часов. Не забывайте все время снимать пенки. Готовое варенье остудите и разложите по банкам.

Вам потребуется:
ягоды земляники — 1 кг,
сахар — 1,5–1,7 кг,
вода — 2,5 стакана.

## ЕЖЕВИЧНОЕ ВАРЕНЬЕ «ИНДИГО»

Собранные ягоды ежевики промойте, высушите и переберите. Сварите сироп и залейте им подготовленные ягоды. Дайте варенью выстояться в течение 5–6 часов, а потом варите в один прием. Но только делать это нужно следующим образом: ягоды с сиропом поставить на огонь и довести до кипения. Отставить таз с вареньем в сторону на 15 минут, чтобы варенье немного остыло, а потом снова нагрейте его до кипения — и так проделайте 4–5 раз, пока варенье не будет готово. Варенье разливается по банкам и закатывается в горячем виде.

Вам потребуется:
ежевика — 2 кг,
сахар — 3 кг,
вода — 4 ст.

## ВАРЕНЬЕ «ЕЖЕВИКА В СОБСТВЕННОМ СОКУ»

Ягоды ежевики переберите, но не мойте. Переложите слоями с сахаром в таз. Выдержите ягоды в холодном месте несколько часов. Затем переложите ягоды в банки, а сок подогрейте. Залейте соком ягоды, прикройте крышкой и пастеризуйте 20 минут. После этого банки закатайте.

Вам потребуется:
ежевика — 1 кг,
сахар — 300–400 г.

## ВАРЕНЬЕ «МАШЕНЬКА» ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Варенье из черной смородины очень вкусное и ароматное. Его можно приготовить несколькими способами Прежде всего смородину нужно перебрать, вымыть и обсушить. Положите ягоды в таз и нагрейте ягоды до 60 градусов и только потом насыпьте в таз с ягодами сахарный песок и поставьте на сильный огонь. Варенье следует непрерывно помешивать, чтобы не пригорело и в то же время равномерно прогревалось, не закипая. При температуре 90 градусов разложите варенье по банкам и закатайте крышками. Варка подобного варенья длится всего 8-10 минут, а в итого получается прекрасное варенье с большим количеством сока. Витамин С здесь прекрасно сохраняется.

Вам потребуется:
ягоды черной смородины — 2 кг,
сахар — 1 кг.

## ВАРЕНЬЕ «ЖЕЛЕОБРАЗНОЕ» ИЗ СМОРОДИНЫ

Ягоды черной смородины переберите, промойте. Приготовьте сироп, растворив в воде сахар. Доведите сироп до кипения и всыпьте в него ягоды. Поставьте на огонь и варите в течение 8 минут, все время снимая пену. Варенье в горячем виде разлейте по банкам и закатайте. Можно просто закрыть банки пергаментной бумагой и завязать шпагатом. Когда варенье остынет, оно станет густым и прозрачным, как желе. И на вкус такое варенье просто потрясающе!

Вам потребуется:
смородина — 1,5 кг,
сахар — 3 кг,
вода — 1 стакан

## ВАРЕНЬЕ «ВИТАМИНКИ» ИЗ СМОРОДИНЫ

Это варенье уникально тем, что не требует тепловой обработки. Вымытую и перебранную смородину положите в эмалированный таз, засыпьте сахаром и при помощи деревянного пестика разотрите ягоды так, чтобы в соке растворилось как можно больше сахара. Нельзя использовать для этой цели алюминиевую посуду, так как от соприкосновения с металлом ягоды теряют большую часть витамина С. Именно поэтому также не рекомендуется прокручивать ягоды смородины на мясорубке. Варенье не нужно варить. Уже в таком виде его можно заложить в банки, закрыть пергаментной бумагой или полиэтиленовой крышкой и хранить в прохладном месте. Такое варенье — кладезь витаминов, оно очень полезно зимой и весной, когда организму не хватает витаминов.

Вам потребуется:
ягоды черной смородины — 1 кг,
сахарный песок — 2 кг.

## ВАРЕНЬЕ «ЧЕРНЫЕ ГЛАЗА» ИЗ СМОРОДИНЫ

Смородину промойте, обсушите, а потом слегка раздавите каждую ягодку. Засыпьте раздавленные ягоды сахаром и поставьте на огонь. Варенье следует непрерывно помешивать, чтобы не пригорело. Как только варенье начнет «пыхтеть», но не кипеть, его следует снять с огня, разлить по банкам и остудить. После остывания варенье можно закупорить при помощи пергаментной бумаги или полиэтиленовой крышки.

Вам потребуется:
черная смородина — 1 кг,
сахар — 1,3–1,4 кг.

## ВАРЕНЬЕ «ДОБРЫЕ ТРАДИЦИИ» ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Вымытые и перебранные ягоды смородины пробланшируйте — на 1 минутку опустите в кипящую воду. Теперь залейте ягоды приготовленным заранее сиропом и оставьте так на 4–5 часов. Варите варенье в 3–4 приема, каждый раз делая перерыв между варками 5–6 часов. Готовое варенье остудите и только потом разложите по банкам.

Вам потребуется:
черная смородина — 2 кг,
сахар — 3 кг,
вода — 2 стакана

## ВАРЕНЬЕ «БАБУШКИНО» ИЗ КЛЮКВЫ

Клюкву переберите, промойте под проточной водой и облейте крутым кипятком. Кипяток, которым вы обдавали ягоды, не выливайте, а используйте для варки сиропа. В воду всыпьте сахар, доведите до кипения и в сироп всыпьте подготовленную клюкву. Сначала варенье следует варить на медленном огне и только потом огонь можно прибавить. Варенье следует варить 20–25 минут. В конце варки прибавьте мелко порезанную цедру апельсина.

Вам потребуется:
клюква — 1 кг,
сахар — 1,7 кг,
вода — 800 г,
цедра одного апельсина.

## ВАРЕНЬЕ «ЧЕРНИКА В СОБСТВЕННОМ СОКУ»

Ягоды переберите, вымойте и обсушите. Отделите от всей массы примерно пятую часть, выложите ее в таз и раздавите деревянным пестиком. Сверху насыпьте сахар и остальные ягоды, поставьте на огонь и, помешивая, доведите почти до кипения, только не давайте массе закипеть. Уменьшите огонь и подержите варенье на огне в течение 5 минут. Обязательно снимите пену. Варенье в горячем виде разлейте по банкам и закатайте.

Вам потребуется:
черника — 1 кг,
сахар — 600 г,

## ПРОТЕРТАЯ ОБЛЕПИХА «СОЛНЫШКО»

Ягоды облепихи нужно перебрать, удалить веточки и листики и промыть в проточной воде. Ягоды протрите через сито, добавьте сахарный песок и мешайте до тех пор, пока сахар полностью не растворится. Разложите полученную массу в чистые и сухие банки, закройте бумагой и обвяжите. Такая облепиха хороша тем, что в ней сохраняются все витамины, что особенно важно зимой.

Вам потребуется:
облепиха — 1 кг,
сахар — 1,5 кг.

## ВАРЕНЬЕ «ДЕРЕВЕНСКОЕ» ИЗ ЧЕРНОПЛОДНОЙ РЯБИНЫ

Из черноплодной рябины также можно сварить варенье, которое по своим вкусовым качествам не будет уступать варенью из других ягод. Ягоды переберите, промойте и залейте приготовленным сиропом. Варенье начинайте варить спустя 5 часов после заливки ягод сиропом. Варите в 3 приема. Незадолго до окончания варки положите в варенье порезанные на дольки вместе с кожурой лимон и апельсин. Горячее варенье разлейте по банкам и закатайте.

Вам потребуется:
ягоды черноплодной рябины — 1 кг,
сахар — 1 кг,
вода — 2 стакана.

## ВАРЕНЬЕ «ЧУДЕСНОЕ» ИЗ РЯБИНЫ

Ягоды пробланшируйте — опустите на несколько минут в крутой кипяток. С таким же успехом можно вместо бланширования поставить ягоды на 1–2 часа в теплую духовку, чтобы ягоды разомлели. Подготовленные таким образом ягоды залейте кипящим сиропом и оставьте на ночь. Утром начинайте варить варенье: поставьте на огонь и доведите до кипения, снимите на 10–15 минут для остывания и так несколько раз. Готовое варенье оставьте на 10–12 часов, чтобы оно отстоялось, и только потом его можно раскладывать по баночкам. Если же сироп получается жидковатым, то его можно слить и уварить отдельно, а потом снова залить ягоды.

Вам потребуется:
ягоды рябины — 1 кг,
сахар — 1,7 кг,

вода — 3 стакана.
апельсин — 1 шт,
лимон — 1 шт.

## СУШЕНЫЕ ЯГОДЫ

Ягоды можно заготавливать на зиму не только приготавливая различного вида варенья или джемы, но некоторые ягоды можно также сушить. Прекрасно сохраняются в сушеном виде не только ягоды с плотной оболочкой, такие, как рябина, ирга, смородина, боярышник, черемуха, но даже и такие нежные ягоды как, малина, земляника и ежевика. Все ягоды нужно предварительно подготовить к сушке. Для этого их нужно перебрать, промыть в проточной воде и высушить. Исключение составляют малина, ежевика и земляника — их мыть не нужно.

Подготовленные ягоды насыпьте на сита и сушите в сушильных шкафах. Можно использовать обыкновенную духовку, но помните, что температура в ней не должна превышать 40–50 градусов. К концу высушивания температуру можно повысить до 60 градусов. Ягоды имеют небольшой размер и потому сушка происходит достаточно быстро — за 2–4 часа. Именно поэтому сушка требует вашего повышенного внимания — внимательно следите за тем, чтобы ягоды не пересыхали, не пригорали; не допускайте излишнего слипания ягод между собой.

Ягоды можно сушить и не в духовом шкафу, а просто на противнях (или лучше на ситах) на свежем воздухе на солнце. Использовать солнечное тепло для сушки очень выгодно, так как при этом не расходуется топливо. Для сушки на солнце не требуется сложных приспособлений. Ягоды, перебранные и вымытые (если нужно), тонким слоем настилаются на противни или сита и выставляются на солнечное место, которое защищено от пыли. Ягоды высушиваются под воздействием горячего воздуха и прямых солнечных лучей. Чем сильнее светит солнце, тем быстрее происходит сушка, так как нагретый воздух поглощает много паров воды. Также большую роль при солнечной сушке играет движение воздуха. Небольшой ветерок поможет ускорить сушку, потому что при ветерке ягоды омываются большим количеством воздуха. Однако сушить ягоды при сильном ветре нельзя, потому что поднимается пыль и загрязняет ягоды.

Можно много говорить о преимуществах и недостатках сушки ягод в духовом шкафу или на солнце. Преимущество сушки ягод в духовке заключается в том, что процесс этот не занимает много времени, тогда как сушка на воздухе требует нескольких дней. В то же время ягоды в духовке могут подгореть, чего никогда не

случится с ними, если ягоды сушатся на свежем воздухе. Кроме того, при сушке на солнце продукты заряжаются солнечной энергией, что делает их гораздо полезнее. Но зато сушить ягоды на солнце можно только в сухую и жаркую погоду, а когда идет дождь, духовой или сушильный шкаф окажется просто незаменим.

После того как процесс сушки завершен, выньте сухие ягоды из духовки и тщательно проверьте. Обычно сушка ягод происходит неравномерно, и бывает так, что на подносе или сите можно обнаружить недосушенные ягоды или целые «гнезда» таких ягод. Их нужно сразу же выбрать и отправить на досушку. Те же ягоды, которые высохли полностью, высыпьте в одну общую посуду и оставьте на 1–2 суток на выдержку. Это необходимо для того, чтобы продукты охладились и в них произошло выравнивание влажности — более сухие ягоды поглощают влагу из более влажных. В сушеных ягодах содержится примерно 18–20 % влаги.

Высушенные ягоды упакуйте в специальную тару, где есть отверстие для доступа свежего воздуха, но ни в коем случае нельзя пользоваться для этой цели целлофановыми пакетами. Хранить сухие ягоды можно только в сухих прохладных помещениях. Если же держать их во влажном помещении, то влага из воздуха обязательно проникнет внутрь ягод и они начнут покрываться плесенью и портиться.

Время от времени проверяйте, как хранятся ваши сухие ягоды, следите за тем, чтобы в них не появлялись очаги плесени и чтобы ягоды не были повреждены насекомыми: клещами, молью и т. д. Если все же так произошло, высыпьте ягоды на противень тонким слоем и поставьте на 20–30 минут в духовой шкаф, нагретый до температуры 60–70 градусов.

При хранении не ставьте сушеные продукты рядом с чем-либо, имеющим сильный запах (например, керосином) — ягоды тут же впитают этот запах в себя.

Лучшей герметичной упаковкой можно считать помещение сушеных продуктов в стеклянные банки со специальной закручивающейся крышкой. Если же таких банок в хозяйстве нет, то можно просто закатать банки жестяными крышками. В такой упаковке можно не опасаться ни нежелательных запахов, ни вредителей.

Используя в качестве упаковки стеклотару, можно не только избежать повышения влажности продуктов, но и значительно эту влажность снизить. Для этого в банки нужно положить так называемые влагопоглотители. Такими поглотителями являются, к примеру, хлористый кальций и окись кальция (негашеная

известь). Влагопоглотитель насыпьте в пакет из неплотной бумаги и поместите в стеклянную тару вместе с сушеными ягодами. Влага будет «вытягиваться» из сушеных ягод влагопоглотителем, и это будет продолжаться до тех пор, пока содержание влаги в продуктах не опустится до 3–5 %. При такой влажности сушеные ягоды можно хранить неограниченное время. Для полного удаления влаги из продуктов достаточно 10–15 г негашеной извести на килограмм сухих продуктов.

# КОМПОТЫ

Время, когда из лесу можно принести полную корзинку лесных ягод, проходит очень быстро. Но что поделать, сезон, когда можно есть ягоды в свежем виде, весьма короток — всего две-три недели в году. А что же делать все остальное время? Конечно же, есть ягоды в виде компота, варенья, джема или же в сушеном виде.

Лесные ягоды обладают не только превосходным вкусом и нежным ароматом, но и красивым внешним видом и яркой окраской и, как ничто другое, подходят для консервирования в виде компота.

Хорошо и сушить ягоды, и варить из них варенье, но эти способы консервации имеют свои недостатки: сушка ухудшает качество ягод и их вкусовые качества, а для варенья требуется слишком много сахара. И ничто не сравнится по вкусу с ягодным компотом!

## КОМПОТ «ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ» ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ

Для компота лучше выбирать ягоды, которые имеют интенсивную окраску, и они не должны быть перезрелыми. Собирать землянику лучше в сухую погоду и готовить компот в день сбора. Так можно избежать разваривания нежных ягод.

Землянику переберите, вымойте и поместите в таз или кастрюлю. Ягоды залейте сиропом. Он не должен быть слишком горячим, а иметь температуру примерно 50–60 градусов. Ягоды должны быть полностью покрыты сиропом. В таком виде оставьте ягоды на 3–4 часа и все это время перемешивайте ягоды с сиропом большой ложкой или деревянной лопаточкой. Выдержать ягоды в сиропе нужно для того, чтобы сироп еще до варки проник в ягоды, а ягоды, в свою очередь, пустили сок.

После этого извлеките ягоды из сиропа и разложите по банкам. Залейте сиропом (тем, что слили с ягод, предварительно добавив к нему еще 100 г сахара и прокипятив его), закатайте банки жестяными крышками и ставьте стерилизоваться. Опыт показывает, что при стерилизации нежные ягоды земляники могут развариться, поэтому стерилизация в воде с температурой 85 градусов более приемлема. Литровые банки с компотом следует стерилизовать в течение 15–20 минут. Хранить земляничный компот нужно обязательно в темном месте, так как на свету цвет компота изменяется.

Вам потребуется:

лесная земляника — 1 кг,
вода — 1 л,
сахар — 800 г.

## КОМПОТ «РОЗОВОЕ СЧАСТЬЕ» ИЗ МАЛИНЫ

Малиновый компот выглядит очень привлекательно, так как в нем сохраняются не только вкус и аромат свежей малины, но и ее окраска. Мыть ягоды следует с большой осторожностью, лучше под душем, чтобы не травмировать нежные ягоды; а если малина поражена малиновым жучком, то такие ягоды нужно погрузить на несколько минут в слабосоленую холодную воду (когда личинки всплывут — удалить их).

Вымытые ягоды уложите в банки, время от времени встряхивая их, чтобы укладка была более плотной. После того, как закладка в банки закончена, слейте воду, так как во время мытья вода удерживается в углублениях, образуемых после удаления плодоножек, а когда ягоды укладывают в банки, вода выливается и скапливается на дне банки.

Затем ягоды залейте кипящим сиропом, прикройте банки крышками и стерилизуйте в кипящей воде в течение 8-10 минут, а потом закатайте.

Вам потребуется:
малина — 1 кг,
вода — 1 л,
сахар — 500–600 г.

## КОМПОТ «КАРМЕН» ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ

Хотя черная смородина не так нежна, как малина, ежевика или земляника, обращаться с ней, тем не менее, следует осторожно, чтобы ягоды не повредились и цвет и качество компота не ухудшились.

Ягоды нужно очистить от примесей, перебрать и вымыть, погружая их в дуршлаге в ведро или в кастрюлю с водой. Теперь расфасуйте ягоды по банкам, укладывая их плотно и залейте горячим сиропом (температура сиропа не должна быть ниже 90 градусов).

Закатайте банки и простерилизуйте их в воде с температурой 90 градусов в течение 20 минут (это время рассчитано для литровых банок).

Для укупорки банок лучше не пользоваться жестяными крышками без лакировки, так как от соприкосновения с металлом смородина, а особенно ее сироп, приобретает фиолетовый цвет и

начинает напоминать чернила.

Можно приготовить компот из смородины и по-другому: залить ягоды сахарным сиропом и вместе с сиропом довести до кипения. Снимите кастрюлю с огня и оставьте так на ночь. На следующий день сироп слейте, а ягоды разложите по банкам. Сироп доведите до кипения. Залейте этим сиропом ягоды в банках, закатайте и простерилизуйте обычным способом в течение 20 минут.

Вам потребуется:
смородина — 1 кг,
вода — 1 л,
сахар — 600 г.

## КОМПОТ «ЛЕСНАЯ НИМФА» ИЗ ЧЕРНИКИ ИЛИ ДРУГИХ ЛЕСНЫХ ЯГОД

Черника, так же как и смородина, обладает прекрасным вкусом и замечательно подходит для приготовления компотов. Чернику следует тщательно очистить от мелких листочков, оторванных при сборе, и другого мусора. Промойте чернику в проточной воде, расфасуйте ее по банкам или бутылкам, залейте сиропом и стерилизуйте так же, как и в предыдущем рецепте.

Вместо черники можно взять другие лесные ягоды — голубику, бруснику, ежевику. Но однако из красной или белой лесной смородины или дикорастущей костяники получить компот высшего качества не удастся.

Вам потребуется:
черника, голубика или другие ягоды — 1 кг,
вода — 1 л,
сахар — 400–500 г.

## КОМПОТ «ЛЕСНОЕ ИЗОБИЛИЕ»

Такой компот можно приготовить из всех ягод, которые окажутся под рукой. Можно смешать малину и землянику, ежевику и рябину, бруснику и клюкву — компот все равно выйдет на славу. Ягоды нужно перебрать и промыть. Заложите ягоды в вымытые и простерилизованные банки, заполняя их на треть. Вскипятите сироп. Кипящий сироп заливайте в банки и немедленно их закатывайте жестяными лакированными крышками. Банки переверните, укутайте чем-нибудь теплым и оставьте так на сутки. Банки должны полностью остыть. При такой обработке ягоды сохранят вкус свежих.

Вам потребуется:

ягоды — 1 кг,
вода — 2 л,
сахар — 2 стакана

## ЛАКОМСТВА ИЗ ЛЕСНЫХ ЯГОД

Из лесных ягод можно приготовить немало лакомств, это — различные кремы, муссы, желе, суфле, смоква, не говоря уже о тортах и пирожных.

Смоква — это любимое лакомство малышей. Готовится она из ягодного или плодового пюре, смешанного с сахаром.

## ЖЕЛЕ «ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК» ИЗ ОБЛЕПИХИ

Обычно желе приготавливается из соков фруктов и ягод и сахарного сиропа. Для желирования жидкости обычно применяют желатин.

Облепиху переберите, разомните в эмалированной посуде деревянным пестиком и выжмите сок. Отделите сок от мезги. Мезгу залейте водой и прокипятите. Затем процедите, в отвар добавьте сахар и проварите на плите. Введите в жидкость предварительно замоченный и отжатый желатин, помешивайте до тех пор, пока желатин полностью не разойдется. Влейте в полученную смесь свежий облепиховый сок. Полученную жидкость необходимо разлить по формочкам и охладить.

Чтобы аккуратно вынуть желе из формочки, нужно поместить ее на несколько секунд в горячую воду. Украшают желе взбитыми сливками.

Вам потребуется:
облепиха — 150 г,
вода — 400 г,
сахар — 100–150 г,
желатин — 12 г
сливки, взбитые с сахаром — 50 г.

## ЖЕЛЕ «ЛЮБИТЕЛЯМ ПИКАНТНОГО» ИЗ ЧЕРЕМУХИ

Ягоды черемухи вымойте, выложите в кастрюлю, залейте кипятком и проварите, пока ягоды не станут совсем мягкими. Потом протрите массу через сито. Долейте в полученную массу оставшуюся воду, всыпьте сахар и варите на слабом огне минут 15–20. После этого добавьте в смесь набухший желатин и, все время непрерывно мешая, растворите его. Вылейте полученную смесь в формы и охладите. Выложите желе из формочки на

тарелки и украсьте кремом или взбитыми сливками.

Вам потребуется:
черемуха — 200 г,
вода — 400 г,
сахар — 200 г,
желатин — 12 г,
взбитые сливки — 60 г.

## ЖЕЛЕ «ЧЕБУРАШКА» ИЗ СМОРОДИНЫ

Промойте ягоды, отожмите из них сок. Мезгу прокипятите с водой в течение 20 минут, а затем процедите. Соедините полученный отвар, сок смородины, сахар и еще раз прокипятите. Добавьте желатин и тщательно размешайте до полного растворения. Разлейте по формочкам и охладите.

Вам потребуется:
смородина — 250 г,
вода — 400 г,
желатин — 12 г,
сахар — 100 г.

## РЯБИНОВЫЙ КИСЕЛЬ «УДИВИ ВСЕХ»

Отожмите сок из рябины. Вылейте в него воду и всыпьте сахар. Доведите до кипения и постепенно, все время помешивая, влейте крахмал, растворенный в холодной воде. Помешивая, чтобы избежать образования комочков, доведите до кипения. Подайте к столу в остывшем виде.

Вам потребуется:
рябиновый сок — 0,5 ст.,
сахар — 2 ст. л.,
вода — 2 стакана,
картофельный крахмал — 1 ст. л.

## СЛОЕНЫЙ ГУСТОЙ КИСЕЛЬ «ЗЕБРА»

Сварите молочный кисель из молока, сахара и крахмала.

Клюквенный кисель готовится отдельно. Для этого из клюквы отожмите сок, влейте в него воду и добавьте сахар, доведите до кипения и тонкой струйкой, помешивая, влейте растворенный в холодной воде крахмал. Помешивая, доведите до кипения и снимите с огня.

Противень смочите холодной водой и посыпьте сахарным песком. Вылейте на него слой молочного киселя и хорошенько

охладите. На него вылейте остывший, но не полностью загустевший клюквенный кисель и тоже охладите. При желании процедуру можно повторить. Полностью застывший кисель разрежьте на небольшие квадратики и уложите на тарелочки. Этот кисель можно готовить и в формочках.

Вам потребуется:

Для приготовления молочного киселя:

молоко — 300 г,

сахар — 40 г,

крахмал — 30 г.

Для приготовления клюквенного киселя:

клюква — 80 г,

сахар — 100 г,

крахмал — 30 г,

вода — 100 г.

## КИСЕЛЬ «СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ВАС» ИЗ ЧЕРЕМУХИ И ШИПОВНИКА

Плоды шиповника нужно сначала подготовить: освободить от семечек и тщательным образом промыть в сите. Высыпьте ягоды шиповника в кастрюлю, добавьте сахарный песок, воду и варите вместе с ягодами черемухи. Крахмал разведите в холодной воде, тонкой струйкой влейте в кипящий отвар, постоянно помешивая. Доведите кисель до кипения и снимите с огня. Такой кисель хорошо подавать в охлажденном виде, украшая взбитыми сливками, но и в теплом виде он тоже очень вкусен.

Вам потребуется:

ягоды шиповника — 1,5 стакана,

ягоды черемухи — 1,5 стакана,

вода — 5 стаканов,

сахар — 100 г,

крахмал — 30 г,

взбитые сливки — 60 г.

## КИСЕЛЬ «ВИТАМИННЫЙ» ИЗ КАЛИНЫ

Разведите крахмал небольшим количеством холодной воды, влейте его в кипящий калиновый сок, разбавленный водой, добавьте сахар и еще раз все закипятите. Употреблять кисель можно в холодном и теплом виде. Холодный кисель хорошо бы украсить взбитыми сливками.

Вам потребуется:

сок калины — 50 г,

вода — 5 стаканов,
сахар — 100 г,
крахмал — 30 г,
взбитые сливки — 60 г.

## МУСС «ЛЮБИМЫЙ КРАЙ» ИЗ КЛЮКВЫ

Подготовьте клюкву: переберите ее, промойте в проточной воде, а потом разомните, залейте водой и прокипятите. Протрите смесь через сито. В полученную жидкость всыпьте сахар и манную крупу и поставьте нА медленный огонь, чтобы смесь набухла. Массе дайте немного остыть, а потом взбивайте ее до образования пышной массы. При этом масса должна увеличиться примерно в 3 раза. Мусс выложите в порционные чашки и охладите. Готовый мусс украшают взбитыми сливками.

Вам потребуется:
клюква — 120 г,
вода — 2 стакана
сахар — 80– 100 г,
манка — 80 г.

## МУССС «ЛУННЫЙ СВЕТ» ИЗ ОБЛЕПИХИ

Облепиху переберите, промойте и потолките в эмалированной посуде при помощи деревянного пестика. В массу влейте воду, хорошенько перемешайте и протрите через сито. Выжимки не выкидывайте — их нужно залить водой, прокипятить в течение 5 минут и процедить. В полученный отвар положите сахар и манную крупу, поставьте на медленный огонь и варите, пока масса не набухнет. Снимите массу с огня, остудите и взбейте миксером до увеличения в объеме в 2–3 раза. Готовый мусс разлейте по порционным вазочкам и поставьте на холод. Можно подать с любым вареньем.

Вам потребуется:
облепиха — 200 г,
вода — 2 стакана
сахар — 80 г,
манка — 80 г,
варенье — 40–50 г.

## КРЕМ «ИЗЫСКАННЫЙ» ИЗ ЕЖЕВИКИ

В качестве десерта можно подать и кремы, для изготовления которых используют также лесные ягоды.

Ежевику переберите и промойте. Отберите несколько самых красивых ягод — они будут служить украшением. Остальную ежевику протрите через сито. Замочите желатин. Сливки взбейте с сахаром до получения крепкой пены. Влейте в сливки растворенный желатин и аккуратно перемешайте. Соедините с протертой ежевикой, переложите в вазочки, украсьте целыми ягодками ежевики и листочками мелиссы и охладите.

Вам потребуется:
ежевика — 200 г,
сливки — 200 г,
сахар — 150 г,
желатин — 5 г.

## КРЕМ «КАРАПУЗ» ИЗ ЯГОД

Любые лесные ягоды — малину, землянику, смородину — взбивайте миксером до тех пор, пока не получится однородная масса. Яичные белки взбейте отдельно в крепкую пену. Взбивая, постепенно добавьте сахара. Перемешайте ягодную массу и взбитые белки, переложите в порционные вазочки и поставьте в холодильник. Через несколько часов крем готов к употреблению.

Вам потребуется:
любые лесные ягоды — 500 г,
яичные белки — 2 шт.,
сахар — 50 г.

## ЧЕРНАЯ СМОРОДИНА С МОРОЖЕНЫМ «ДЛЯ ТЕБЯ»

Ягоды смородины промойте и подсушите. Сварите карамель из сахара и воды. Карамель должна быть золотисто-коричневого цвета. Положите в карамельную массу ягоды смородины. Ягоды должны немного полежать, чтобы они вобрали в себя карамельную массу. Посыпьте смородину в карамели ванильным сахаром.

В вазочки разложите мороженое, добавьте в каждую порцию смородину в карамели и полейте ромом.

Вам потребуется:
смородина — 200 г,
сахар — 50 г,
вода — 1–2 ст. л.,
ром — 50 г,
мороженое — 300 г,
ванильный сахар — 1/3 пакетика.

# ТОРТ «ЯГОДНОЕ СЕРДЕЧКО»

Для этого изысканного торта вам потребуется приготовить песочное тесто. Приготовление такого теста нельзя затягивать: чем меньше времени вы на него потратите, тем нежнее получится тесто. Яйцо разотрите с сахаром, добавьте размягченное сливочное масло, муку и быстро замешайте тесто. Скатайте из него шар, положите в полиэтиленовый пакет и поместите на холод на 30–40 минут.

Из картона вырежьте шаблон в форме сердечка. Отделите от всего теста небольшой кусочек и положите его в холодильник, оставшуюся часть теста раскатайте в пласт, наложите на него шаблон и вырежьте «сердечко». Наколите пласт теста в нескольких местах вилкой, чтобы он не вздулся при выпечке.

Противень обильно смажьте маслом, выстелите его белой бумагой так, чтобы она промаслилась, и выложите на бумагу пласт теста. Выпекайте в нагретой до 180 градусов духовке в течение 10 минут. За это время достаньте из холодильника оставшийся кусочек теста, хорошо вымесите его и скатайте колбаской толщиной в палец и длиной около 70 см.

Выньте корж из духовки и по его краям сформируйте бортик, выложив колбаску из теста. Вилкой нанесите на бортик узор. Снова поставьте корж в духовку и выпекайте еще 10 минут. Выньте из духовки и дайте остыть.

Для начинки вымойте землянику, малину, смородину и обсушите ягоды бумажной салфеткой. Ягоды разложите по центру сердечка. Приготовьте глазурь. Для этого в ягодный сок добавьте немного малиновой водки, сахар и разведенный в небольшом количестве воды крахмал. Дайте глазури немного остыть и залейте ею ягоды. Поставьте сердечко в холодильник на 5-10 минут, чтобы заливка окончательно застыла. Тем временем займитесь приготовлением взбитых сливок — при помощи миксера взбейте сливки с сахарной пудрой и ванильным сахаром в крутую пену, выложите их в кондитерский шприц и выдавите различные узоры, располагая сливки между ягодами и бортиками. Вкусный и красивый торт готов.

Вам потребуется:

Для песочного теста:

сахар — 180 г,

яйцо — 1 шт.,

масло сливочное — 250 г,

мука — 420 г.,

Для начинки:

земляника — 100 г,
малина — 100 г,
смородина — 100 г,
ягодный сок — 80 г,
сахар — 20 г,
малиновая водка — 2 ст. л.,
крахмал — 20 г,
сливки — 200 г,
сахарная пудра — 50 г,
ванильный сахар — 1/2 пакетика.

# ЯГОДНЫЙ ТОРТ «ЗАБАВА»

Основой для этого торта служит бисквит. Для приготовления бисквита нужно отделить белки яиц от желтков. Белки взбить миксером в крепкую пену. Белки считаются готовыми, когда посуду, в которой они взбивались, можно перевернуть вверх дном — и белки не упадут на пол. Желтки взбивают отдельно вместе с сахаром и теплой водой. Желтки должны увеличиться в объеме и посветлеть. Муку смешайте с разрыхлителем и крахмалом и осторожно перемешайте со взбитыми желтками и белками.

Форму с разъемными бортами смажьте маслом и присыпьте мукой или манкой. Выложите тесто в форму и поместите форму с тестом в духовку, нагретую до 180 градусов. Выпекать бисквит следует 30 минут. Готовность бисквита определяется при помощи тоненькой деревянной палочки. Если такой палочкой проткнуть бисквит, и она останется сухой, то бисквит готов. Готовый бисквит осторожненько выньте из формы и остудите.

Для начинки прежде всего размочите желатин в воде и оставьте для набухания. Йогурт, сахар и лимонный сок смешайте. Сливки взбейте до образования густой пены. Желатин отожмите и растворите в малиновой водке на слабом огне. Немного остудите. Смешайте с небольшой частью йогурта и только потом с остальной йогурто-лимонной массой. В эту массу осторожно введите сливки.

Бисквит положите опять в разъемную форму для торта или сформируйте бортик из картона. Поверх бисквита выложите йогуртовую массу и разровняйте. Поставьте торт на пару часов в холодильник, чтобы йогуртовая масса загустела. Переберите ягоды ежевики и малины и помойте их. Обсушите ягоды бумажной салфеткой. Одну половину торта выложите малиной, а другую ежевикой. Приготовьте заливку для торта, как в предыдущем рецепте, и ложкой выложите на ягоды. Торт опять поставьте в холодильник минут на 20. Украсьте миндалем или шоколадом.

Вам потребуется:
Для бисквита:
яйца — 3 шт.,
сахар — 130 г,
вода — 2 ст. л.,
мука — 80 г,
разрыхлитель — 1 ч. л.,
картофельный крахмал — 75 г.
Для начинки:

желатин — 30 г,
йогурт фруктовый — 450 г,
сахар — 150 г,
сок одного лимона,
малиновая водка — 80 мл,
крахмал — 20 г,
малина — 200 г,
ежевика — 200 г.

# ТОРТ «АЛЕНУШКА»

Сначала приготовьте тесто. Для этого желтки нужно взбить с сахаром и в эту массу постепенно, небольшими порциями добавить майонез, сметану, соду, погашенную уксусом, а потом и муку.

Форму смажьте маслом и посыпьте манкой. Осторожно выложите в форму тесто и выпекайте в духовке при температуре 180 градусов в течение 30 минут. Первые 20 минут духовку открывать не рекомендуется.

Тем временем взбейте белки с небольшим количеством сахара в крепкую пену.

Выньте торт из печи и, не вынимая торт из формы, выложите на него любые вымытые и высушенные лесные ягоды. Торт будет вкуснее, если использовать не какой-нибудь один вид ягод, а их смесь. Взбитые белки выложите в кондитерский шприц и с его помощью покройте ягоды взбитыми белками. Опять поставьте торт в духовку. Когда на белках появится золотистая корочка, торт готов. Выньте его из духовки, осторожно раскройте разъемную форму и тут же переложите торт на плоское блюдо. Еще горячим торт следует разрезать на порционные куски.

Вам потребуется:
яйца — 3 шт.,
сметана — 100 г,
майонез — 200 г,
сахар — 400 г,
сода — 1/2 ч. л.,
мука — 1,5 стакана,
ягоды — 200 г.,

# ПИРОГ «СПЛОШНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ»

Этот пирог готовится на песочном тесте. Для приготовления вам потребуется только 1 желток. Смешайте сначала муку с разрыхлителем, а потом добавьте в нее сахар. Масло порубите ножом и перемешайте с мукой. Туда же добавьте желток. Миксером замесите тесто, потом тесто вымешайте еще и руками. Тесто уложите в полиэтиленовый пакет и положите его на холод на 30–40 минут. По прошествии этого времени раскатайте тесто в пласт, выложите в форму таким образом, чтобы края приподнялись, образуя бортик. Тесто следует наколоть вилкой, чтобы корж не вздулся. Выпекать его следует в течение 15 минут в духовке, разогретой до 180 градусов.

Лимон очистите, цедру натрите на терке, а сок выжмите. Смородину хорошенько промойте и просушите. Размягченное сливочное масло смешайте с сахаром и взбейте, чтобы получилась кремообразная масса. Творог пропустите через сито, добавьте в него лимонный сок и цедру, смешайте с маслом и поставьте на полчаса в холодильник.

Отделить белки от желтков. Белки взбейте в крутую пену, а желтки перемешайте с крахмалом. Смешайте с творожной массой желтки и смородину. Введите белки небольшими порциями, все время перемешивая.

Начинку выложите на готовый песочный корж и разровняйте ножом. Опять поставьте в духовку и выпекайте в течение часа. Пирог остудите прямо в форме, и только после остывания его можно вынуть. Готовый пирог посыпьте сахарной пудрой.

Вам потребуется:
Для теста:
яичный желток — 1 шт.,
сливочное масло — 100 г,
разрыхлитель или сода, гашенная уксусом — 1/2 ч. л.,
сахар — 100 г,
мука — 200 г.
Для начинки:
лимон — 1 шт.,
смородина — 150 г,
сливочное масло — 100 г,
сахар — 200 г,
творог — 500 г,
яйца — 3 шт.,
крахмал — 50 г.

# ДЕСЕРТ «УДИВИТЕЛЬНЫЙ»

Для приготовления этого десерта вам потребуется земляника. Ее следует перебрать, промыть и пропустить через сито, чтобы получилось пюре. Рис отварите в воде до полуготовности, потом добавьте молоко и варите до готовности. Не забудьте добавить масло и сахар. Рис уложите в фигурные порционные формы, которые предварительно нужно смазать сливочным маслом, и проварите на пару (или водяной бане) 5 минут. Выложите готовый рис на тарелку, сверху залейте его земляничным пюре. Десерт подается к столу в горячем виде.

Вам потребуется:
рис — 1 стакан,
молоко — 1,5 стакан,
масло сливочное — 70 г,
земляника — 200 г,
сахар — 200 г.

# ДЕСЕРТ «ТАМАРА»

Возьмите яблоки, хорошенько вымойте их и обсушите. Выемкой выньте сердцевину, чтобы стенки яблока стали толщиной примерно 2 см. Рябину промойте, переберите, смешайте с сахарным песком и ванильным сахаром и начините ею яблоки.

Яблоки нужно выложить на смазанный сливочным маслом противень и запекать в духовке, пока печеные яблоки не станут приятного золотистого цвета.

Отдельно сварите сахарный сироп, используя для его приготовления отвар из яблочных сердцевин и толченой рябины. Готовые яблоки при подаче на стол полейте сиропом.

Вам потребуется:
яблоки — 5 шт.,
рябина — 1 стакан,
сахар — 1,5 стакана,
ванильный сахар — 1 пакетик.
Для сиропа:
сахар — 1/2 стакана,
рябина — 1/2 стакана,
вода — 1/2 стакана.

# ДЕСЕРТ «ПРОЩЕ ПРОСТОГО»

Чернику переберите и хорошенько промойте в проточной воде. Клюкву подготовьте таким же образом. Ягоды выложите в порционные стеклянные вазочки и залейте медом, смешанным с дроблеными лесными орехами.

Вам потребуется:

черника — 1,5 стакана,

клюква — 1,5 стакана,

мед — 1 стакан,

очищеные дробленные лесные орехи — 0,5 стакана

# ДЕСЕРТ «НЕОБЫЧНЫЙ»

Смешайте яичные желтки с сахарной пудрой и взбейте до образования густой белой пены. Белки взбейте отдельно, в них тоже нужно постепенно ввести сахарную пудру. Смешайте белки и желтки, добавьте муку и размешайте.

На сковороде разогрейте сливочное масло и туда вылейте полученную яичную массу. Сковороду поставьте на слабый огонь, не забыв закрыть ее крышкой. Через 10–15 минут омлет поднимется и подрумянится.

На середину готового омлета выложите малиновый джем или пюре из свежей малины и сложите омлет пополам так, чтобы начинка оказалась внутри, а омлет стал похож на полумесяц. Готовый омлет выложите на блюдо, посыпьте сахаром, а потом накалите на огне нож и обратной его стороной прижгите омлет, чтобы полоски карамелизированного сахара образовали решетку. Вокруг омлета можно положить кусочки сахара, пропитанного спиртом, а перед подачей на стол поджечь.

Вам потребуется:

яйца — 9 шт.,

сахарная пудра — 3/4 стакана,

малиновое пюре или малиновый джем — 200 г,

масло сливочное — 50 г,

мука — 1 ст. л.,

сахарный песок — 4 ст. л.,

сахар-рафинад — 2–3 кусочка.

Вот такие замечательные блюда можно приготовить из лесных ягод!

# ГЛАВА III «ТИХАЯ ОХОТА»

Грибы не так давно относили к низшим растениям, сейчас же ясно, что грибы — это просто грибы, не растения и не животные, но нечто промежуточное. Они не имеют хлорофилла и питаются, как животные, и вместе с тем животными их никак не назовешь. Организм гриба состоит из двух тел. Первое — вегетативное, называемое мицелием, или грибницей, и представляющее собой микроскопические нити (гифы). Второе, которое развивается не у всех, а только у высокоразвитых грибов, — плодовое, образованное теми же гифами и предназначенное для ношения спор, которыми грибы размножаются. Когда появились на Земле грибы — неизвестно. Некоторые полагают, что грибы существуют уже миллиард лет! Сейчас рядом с человеком растут около 70 тысяч разных видов грибов.

Грибы — удивительные существа! По сравнению с пользованием растительными и животными ресурсами, пользование грибами выглядит весьма скромным. Однако на самом деле ни растения, ни животные не оказывали на развитие человечества такого влияния, которое оказывали и продолжают оказывать грибы. Открытие дрожжевых грибков дало людям хлеб и спиртные напитки. Ядовитые грибы служили орудием убийства крупных государственных деятелей. Например, не без основания полагают, что отец будущего императора Римской империи Нерона, недоброй памяти император Клавдий (I век н. э.) был отравлен при помощи грибов собственной женой Агриппиной. Умерли от отравления грибами Папа Римский Клемент VII, французский король Карл IV и многие другие знаменитости.

Древние египтяне открыли целебные свойства плесени и изобрели первый в истории антибиотик — тетрациклин. Спустя тысячелетия, а именно в 1940-х годах, биолог А. Флеминг, не подозревая о забытом всеми открытии древних, проводит собственные исследования плесневых грибков пенициллов и получает пенициллин, спасающий миллионы жизней.

Грибы атаковали деревянные постройки, произведения искусства, губили обширные площади посевов. Существуют грибы-паразиты, вызывающие заболевания человека и животных. Наиболее известны из этих заболеваний (микозов) кандидозы — поражения кожи.

Изучать грибы человек начал с незапамятных времен. В III веке до н. э. о грибах писал величайший ботаник древности Теофраст. После него, в I веке н. э., грибы привлекли внимание таких корифеев античной науки, как Плиний Старший и

Диоскорид. Впервые в истории науки именно Плиний составил классификацию грибов, разделив их на съедобные и несъедобные. В средневековье изучение грибов приостановилось. В духе той эпохи грибы были объявлены порождением дьявола, хотя лесных «дьяволят» простые люди ели и тогда, даже весьма охотно. В эпоху Возрождения ботаники, такие, как Клаузиус, вновь приступают к изучению свойств грибов. В XIX веке за изучение грибов принимается отдельная наука — микология. Ее название происходит от латинского обозначения грибов «микота», которое восходит к греческому названию шампиньона «микос».

Если не принимать во внимание плесень на сыре рокфор, то к пищевым грибам относятся высшие шляпочные грибы, среди которых по строению выделяют следующие три группы — сумчатые, пластинчатые и трубчатые. Плодовые тела этих грибов, особенно их шляпки, содержат большое количество свободных аминокислот, пуриновых оснований, фунгина и прочих экстрактивных веществ, стимулирующих желудочную секрецию. Вдобавок грибы содержат немало ароматических веществ, которые обладают способностью повышать аппетит.

Грибы содержат белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества и микроэлементы. Особенно богаты белком свежие трюфель (9 %) и белый гриб (5,5 %); много белка содержится также в подосиновике и подберезовике. Жиров в грибах содержится несколько меньше 1 %, они хорошо усваиваются, а кроме того, среди них имеются необходимые человеку, холестерин, эргостерин, лецитин и др. Гораздо больше в грибах углеводов; это в основном гликоген (животный крахмал), глюкоза, грибной сахар в виде микозы и трегалозы. Из микроэлементов в грибах обнаружены йод, медь, мышьяк, цинк. Грибы содержат различные минеральные вещества, среди которых особенно много солей калия, железа и фосфора.

Витамины, содержащиеся в грибах, представлены провитамином А (каротином), витаминами В-1, С, РР. Каротином богаты лисички и рыжики; белые, подосиновики, шампиньоны и опята содержат в большом количестве аскорбиновую кислоту; витамин В-1 найден также в большом количестве в белых грибах, опятах и лисичках. Но не стоит излишне идеализировать грибы: обилие пуриновых оснований в грибах делает питание ими нежелательным при нарушениях обмена веществ, например при подагре. Прочие экстрактивные вещества, будучи сильными стимуляторами, отрицательно сказываются на организме человека при заболеваниях пищеварительной системы (желудка, печени) и почек. Клетчатка клеточных стенок грибов содержит хитин — вещество, составляющее панцирь ракообразных и

покровы других членистоногих; клетчатка не усваивается, так как плохо разлагается желудочным соком.

Шляпочные грибы по их съедобности делят на три группы. Первая группа — это съедобные грибы, подразделяемые по питательности на 4 вкусовые категории. Иногда в категорию включают грибы второй группы — условносъедобные; это ядовитые грибы, ядовитые свойства которых удается нейтрализовать соответствующей обработкой: например, едкий млечный сок некоторых грибов (млечников) нейтрализуется при засолке этих грибов; или гельвелловая кислота сморчков и строчков инактивируется окислением кислородом воздуха при сушке и переходит в отвар при 20-минутном варении грибов. Ядовитыми считаются грибы, ядовитые свойства которых невозможно устранить обработкой. Известно около 150 видов различных съедобных грибов, растущих в России, но объектами грибного промысла являются лишь 32 вида, которые хорошо известны грибникам. Этот правильный подход к сбору грибов следует применять в первую очередь начинающим грибникам, то есть вы должны собирать лишь те грибы, которые вам хорошо знакомы, так как вероятность ошибки при сборе грибов довольно велика. Остерегайтесь ядовитых грибов!

Отравления грибами — вполне обычная вещь, которая чревата тяжелыми последствиями. В зависимости от ядовитого начала выделяют три вида отравлений грибами. К первому виду относятся отравления гельвелловой кислотой весенних сморчков и строчков. При тяжелом отравлении выздоровление наступает спустя несколько недель, в легких случаях — за один или два дня. Летальный исход возможен в 30 % случаев, смерть наступает на 3-4-й день при явлении сердечной недостаточности, часто в коматозном состоянии. Признаки отравления проявляют себя спустя 6-10 часов после употребления грибов в пищу. Эти признаки: сильные и внезапные боли в эпигастральной области, тошнота, рвота желчью, слабость, иногда при тяжелом течении на второй день наблюдаются головные боли, судороги, потеря сознания.

Ко второму типу отравлений относят отравления ядовитыми веществами, характерными для грибов рода Amanita, как-то: мухоморы и бледная поганка; это аманитотоксин, аманитогемолизин, альфа— и бета-аманинитин, фаллоидин. Признаки отравления проявляются через 8-24 часа: резкие боли в области живота, общая слабость, цианоз, понос, а также не исключены проявления желтушности, потери сознания, бред. Летальность чрезвычайно высока, смерть наступает на 2-3-й день, как результат поражения сосудов двигательного центра.

Третий вид отравлений вызывается ядовитыми компонентами мухоморов красного, пантерного, порфирового и некоторых других видов. Среди этих компонентов особо активными признаны микотоксин, мускарин, микоатропин. Признаки отравления наблюдаются через полчаса-максимум 6 часов после приема грибов в пищу. Симптомами отравления являются тошнота, рвота, понос, обильное потоотделение, слезотечение. Также отравление сопровождается головокружением и галлюцинациями, при тяжелом течении возможна кома. Несмотря на это, чаще всего отравления третьего вида заканчиваются благополучно, возможность летального исхода в данном случае невысока.

А сейчас начнем нашу грибную охоту, которую назвали тихой, так как это самая бескровная и безобидная, не вредящая природе охота, если, конечно, грибник следует определенным правилам. Во-первых, старайтесь не повредить грибницу — основное тело гриба, и тогда гриб долго будет плодоносить. Грибница находится в лесной подстилке, поэтому раскапывать подстилку, пытаясь добыть гриб, не нужно. Это просто не поможет. Трубчатые грибы собираются с почвы выкручиванием, так как у них толстая плотная ножка, а вот пластинчатые рекомендуется срезать, поскольку при выкручивании они крошатся и ломаются. Не стоит рвать гигантские грибы — гриб растет всю жизнь, поэтому обычно великанами становятся старики, которые уже наверняка червивые.

Когда собирают грибы? Разные грибы собирают в разное время года. Весной, в апреле, появляются первые грибы — сморчки и строчки. Наука называет эти грибы сумчатыми, потому что их споры созревают в специальных сумках, а еще дискомицетами — по той причине, что их плодовые тела имеют в основном форму диска. Собирают сложные плодовые тела сморчков и строчков, шляпка которых состоит из нескольких дисков. Вырастают сморчки в ивняке, но, будучи солнцелюбивыми, часто появляются на открытых пространствах парков, на полянах, склонах оврагов. Все виды сморчков любят селиться на кострищах. Сморчки — ядовитые грибы, они содержат гельвелловую кислоту и прочие отравляющие вещества, поэтому их неумеренное потребление или неправильная обработка опасны.

Строчки также ядовиты, в них найдены сильные биологические яды — гирометрин и метилгидразин, способные убить человека. Поэтому строчки употребляют в пищу только после месячной сушки. Найти строчки можно на пожарищах, вырубках, у дорог, на песчаной и любой лишенной обильной

растительности почве.

На опушках в мае попадаются ближайшие родственники вышеописанных грибов — дискотисы, похожие по вкусу на сморчки, но совершенно непохожие на вид: чашевидные и мясистые, на коротких ножках в раннем возрасте, эти грибы, взрослея, приобретают дисковидную шляпку. Другой непохожий родственник, часто встречающийся в липняках, — это лопастик, крупный (до 10 см) гриб бокаловидной формы с «кудрявыми» краями. Гриб малоизвестный, условносъедобный. Но гриб этот не весенний: он растет с июля по сентябрь.

Дискомицеты примечательны тем, что обладают способностью разбрасывать свои споры на расстояние до 30 см. В процессе созревания спор в цитоплазме клеток создается высокое внутреннее давление на клеточную стенку (тугор), иногда достигающее 15 атмосфер. Нагретые солнечными лучами сумки взрываются и стреляют спорами, причем в направлении света, что позволяет грибам прорастать на неособенно занятых растительностью местах.

Необходимо помнить, что эти грибы, несмотря на все их солнцелюбие, погибают при недостатке воды, поэтому искать их следует во влажных местах.

Другим весенним грибом является шампиньон двуспоровой. Он появляется в начале мая. С мая и до поздней осени растет большинство шампиньонов. «Шампиньон» — французское слово, которое означает гриб вообще. Несмотря на столь изысканное название, шампиньон растет на перегнойной почве и прелом навозе. Но вкус у шампиньонов отменный; кроме того, они богаты фосфором так же, как рыба, и содержат бактерицидные вещества, оттого из них готовят более 200 блюд и выращивают на специальных фермах. Тот же двуспоровой шампиньон разводят в культуре уже 400 лет.

После майских гроз на лугах высыпают опята. Эти грибы любят сырость и после дождя способны вырасти за несколько часов. Их название говорит о том, что опята растут у пней. Это верно, опята паразитируют на растениях, не брезгуют и отмирающей древесиной. Всего количество жертв опят превышает 200 видов, среди которых обычны деревья, но есть и кустарники, и даже травянистые растения, например картофель. По виду опята — упругие, с жесткими ножками, одеревеневшими в нижней части.

Если погода стоит достаточно прохладная и дождливая, в конце мая прорастают маслята. Эти грибки селятся большими семьями в посадках сосны и ели. Срезают маслята у шляпки.

Если стоит сухая погода, отчаиваться все равно не нужно, а

лучше поискать на старых деревьях, колодах и пнях (преимущественно вяза) воронковидные мясистые грибы с коротенькими ножками и светло-коричневатой окраской. Это вешенка рожковидная. На нее похожи остальные вешенки, прорастающие поздним летом и осенью. Вешенки — вкусные грибы, разведение которых сегодня стало отраслью пищевой промышленности в Голландии, Германии, Франции, Японии и некоторых других странах.

В начале июня начинается благодатное время, когда грибники получают возможность собирать белые грибы, подосиновики и подберезовики. За белыми грибами можно идти с началом цветения липы. Белые грибы любят освещенный край опушки в дубовом лесу или иногда в березовом. Грибы предпочитают каменистые и глинистые почвы. Белый гриб — главный трофей грибной охоты. Он относится к первой категории и превосходит все прочие грибы по вкусу, питательности, а также по содержанию витаминов и лекарственных веществ — противоопухолевых и противотуберкулезных. В народе его называют боровиком, глухарем, медвежатником и другими названиями, среди которых самое точное — «царь грибов».

Подберезовики, как говорит их название, вырастают в березовых лесах. Это трубчатые быстростареющие грибы. Они считаются родственными белому грибу. Некоторые формы подберезовиков (всего их известно 12) появляются в мае. Подберезовик держится кромки леса, опушек, полян. Находили его в оврагах. Ценный пищевой гриб.

Подосиновики растут в сухих смешанных лесах с обилием хвойных пород, особенно ели; часты для березняков и осинников. Найти их можно под деревьями, среди густой травы, под листьями папоротника. Подосиновик является самым распространенным и быстрорастущим грибом в характерных для него лесах. Он примечателен тем, что его выпуклую шапку грязно-красного цвета на непропорционально длинной ножке невозможно спутать ни с одним ядовитым грибом. Очень вкусен, относится ко второй категории, уступая только боровику.

В конце июня-начале июля ищут масленок зернистый, шоколадного цвета гриб, предпочитающий сосновые боры на известковых почвах. На ножке масленка растут своеобразные бородавки, за что его и прозвали зернистым. Вкусный гриб 2-ой категории.

В июле массово прорастают белые грибы, подосиновики, подберезовики, грузди, подгруздки, дубовики, лисички, волнушки и другие грибы.

Грузди, прорастающие с июля по октябрь, относятся к роду

грибов млечников, они содержат едкий млечный сок, вкус которого устраняется при соответствующей кулинарной обработке. Это грибы с приятным устойчивым запахом. Они растут далеко от жилья; обнаружить их трудно, поскольку эти грибы «прячутся» под слоем опавшей листвы. Прорастают грузди семьями, что отразилось в их названии: слово «груздь» происходит от старославянского «грудие», то есть «груда», «куча». Грузди настоящие, с крупной воронковидной мохнатой шляпкой желтоватого цвета, встречаются в смешанных и березовых лесах; в березовых и березово-ольховых лесах растут на опушках черные грузди, отличимые по плоской темно-зеленой шляпке; грузди осиновые растут в осинниках и тополевых лесах, их легко узнать по грязновато-белой пушистой по краю шляпке.

Подгруздки относятся к роду сыроежек. Это условносъедобные грибы: для уничтожения содержащейся в них горечи грибы перед приготовлением вымачивают. Растут до октября в любых лесах, причем черные подгруздки особенно многочисленны в лиственных, а белые подгруздки обычны как для лиственных (осинники), так и для хвойных. Похожи на грузди, от которых отличаются отсутствием белого млечного сока.

Лисички считаются самыми урожайными среди всех остальных лесных грибов: на долю лисичек приходится пятая часть грибного урожая за лето. Лисички предпочитают сырые места в лиственных лесах, некоторые виды (вороночник рожковидный, или лисичка серая) встречаются в смешанных и сосновых лесах. Это вкусные и питательные грибы, характеризующиеся высоким содержанием витаминов РР, С, группы В, по которым они превосходят дрожжи, и провитамина А, который придает лисичкам рыжий, «лисий» цвет. Отличимы по воронкообразной шляпке с сильно волнистыми краями.

Сыроежки охотно селятся в еловых, сосновых, смешанных, березовых и осиновых лесах — и влажных, и сухих. В средней полосе встречаются 50 видов сыроежек с самыми различными по цвету шляпками — розовыми, темно-красными, фиолетовыми, серыми, зелеными и желтыми. Наиболее вкусными признаются сыроежки с зеленой шляпкой. Название свое заслужили благодаря способности быстро становиться готовыми к приему в пищу после засолки (бывает, всего через сутки). Появляются грибы в августе, иногда в конце июля, растут до середины осени.

В смешанных лесах с преобладанием сосны либо березы, по окраинам сфагновых болот в изобилии прорастают сыроежки болотная и желтая. У первого гриба шляпка выпуклая или плоская, 15 см в диаметре, гладкая, ярко-красного цвета, редко с

буроватыми пятнами. У второго вида сыроежек шляпка ярко-желтая, по форме плоская или воронкообразная. У обоих видов сыроежек ломкая мякоть и белая ножка 10 см в длину. Ломкая сыроежка встречается на опушках сырых сосновых лесов. Диаметр шляпки — 5 см. По форме шляпка этой сыроежки плоская с бугорком, цвет — фиолетово-красный.

В августе-сентябре можно смело начинать сезон охоты на грибы-зонтики. Растут они повсеместно в хвойных и хвойно-лиственных лесах. Съедобны в молодом возрасте. Гриб-зонтик похож на мухомор или поганку. Признаки этого гриба: высокая (до 20–30 см) ножка и широкая шляпка, 20 см в диаметре. Светло-серого цвета, поверхность шляпки иногда покрыта слегка коричневатыми пятнами, пластинки белые, реже желтоватые. Кольцо в верхней части грибной ножки беспрепятственно перемещается. Считается деликатесом во многих странах, ценится опытными грибниками. Ножка гриба жесткая, поэтому в пищу рекомендуется употреблять шляпку.

Следует знать ядовитые грибы, которые можно съесть по ошибке, спутав со съедобными грибами. Один из самых ядовитых грибов — бледная поганка — похож на шампиньон или зонтик. Определяют поганку по нижней стороне шляпки — она у бледной поганки белая, светло-желтая или светло-зеленоватая. Вдобавок, знаменитое кольцо, которое имеют и шампиньоны, и зонтики, на самом деле при внимательном рассмотрении оказывается у поганки двумя кольцами — это другой отличительный признак.

Желчные грибы напоминают боровики или подберезовики. Нижняя сторона этого гриба имеет розоватую окраску, надлом шляпки желчного гриба краснеет на воздухе.

Ложный опенок отличается яркой желто-оранжевой шляпкой, а также на ножке ложного опенка отсутствует кольцо, которое можно найти на съедобном опенке. Другой тест для подозрительных опят, уже сорванных, — опустить их в воду: ложные опята при этом чернеют или синеют.

Ядовита красная сыроежка. Ее трудно, чрезвычайно сложно отличить от съедобных с красными, розовыми или сиреневыми шляпками, поэтому начинающему грибнику следует собирать сыроежки с желтоватыми шляпками.

Ложную лисичку, растущую в сосновых лесах, обычно на пнях, можно определить по ярко-оранжевой окраске с красноватым оттенком или красной, медной окраске, а также по ровным краям воронкообразной шляпки.

Очень опасный сатанинский гриб похож на синеющие и белые грибы. От синеющих грибов отличается тем, что излом шляпки синеет медленно, в то время как у настоящих синеющих грибов

мякоть излома сразу же наливается краской. От белого гриба отличается красным трубчатым слоем.

Ну что, все запомнили? Тогда теперь вы можете смело отправляться на «тихую» охоту, не боясь насобирать в свою корзину «мин замедленного действия».

# ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ С ГРИБАМИ

Трудно найти среди жителей нашей страны человека, который был бы равнодушен к грибам. Это не удивляет, так как с древних времен грибы играли важную роль в питании человека. В славянской кухне грибам отводилось почетное место. Грибы солили, варили, из них делали начинку для пирогов.

И в наше время интерес к грибам не ослабевает, так как грибы являются кладезем белков и углеводов. Многие люди, чтобы улучшить свое здоровье или сбросить вес, становятся вегетарианцами, перестают употреблять животные белки и, для того чтобы компенсировать недостаток белковой пищи, употребляют грибы в достаточно большом количестве.

Несмотря на всю пользу грибов, в наше время участились случаи отравления даже съедобными грибами. Все это связано с загрязнением природы. В этой главе будет рассказано о том, как правильно подготовить грибы к жарению, варке и т. д.

Начнем мы с того, какие грибы можно жарить, какие варить, какие сушить, а какие лучше всего мариновать или солить.

Во время сбора или по пути домой следует подумать о переработке грибов, собранных вами. Это зависит от возраста грибов и их видового состава. В основном, для переработки любым способом, используются молодые грибы с плодовыми телами не поврежденными личинками.

При хранении в холодном помещении грибы через сутки становятся практически непригодными к употреблению в пищу. Быстрая порча грибов обуславливается содержанием в них определенных ферментов и деятельностью микроорганизмов, для развития которых в грибах есть все необходимые питательные вещества: белки, углеводы, минеральные вещества и влага.

Наиболее активно бактерии, плесневые и дрожжевые грибки развиваются в поврежденных грибах.

Возможность длительного хранения грибов достигается уничтожением в них имеющихся микроорганизмов или задержанием их развития на определенный срок. Для этого имеется несколько способов. Можно назвать такие, как охлаждение, сушка, засолка, обработка кислотой и термообработка.

Перед переработкой грибов их необходимо тщательнейшим образом подготовить: удалить с них землю, налипшие листья, травинки, различный мусор, хорошо промыть, особенно пластинчатые грибы сморчки и трюфели.

Грибы для заготовки должны быть свежими, по возможности

собранными в тот же день, лучше в сухую погоду, желательно утром, когда почва уже просохнет от росы.

Для каждого способа переработки надо использовать определенные сорта грибов, потому что при неправильном выборе переработки некоторые виды грибов теряют свои качества.

Существует несколько видов переработки: сушка, жарение, маринование, засолка. В этой главе мы расскажем только о некоторых из них.

Сушка является универсальным методом переработки грибов, для нее можно использовать практически все грибы, которые пригодны для использования в свежем виде. Для сушки пригодны крупные, ломаные и даже червивые грибы. Все это касается в основном белых грибов, так как даже у молодых грибов этого вида в плодовых телах имеются червоточины. Для того чтобы получить продукцию высокого качества, надо знать, как сушить грибы, а также то, какие виды грибов для этого лучше использовать. Подробно о сушке мы расскажем чуть ниже, а сейчас поговорим о жарении грибов.

Жарение является одним из древнейших видов переработки грибов. Жарение имеет ряд особенностей, при соблюдении которых вы получите отличные по качеству жареные грибы. Для жарения можно использовать любой жир, который имеется под рукой. Жарить можно практически все виды грибов. Перед тем как приступить к жарению, надо очень хорошо подготовить грибы.

# СУШКА

Мы уже говорили: для того чтобы получить продукцию высокого качества, важно правильно сушить грибы. Сушить на солнце можно грибы с невысоким содержанием мякоти в плодовых телах. Сморчки и строчки высыхают при хорошей солнечной погоде за несколько часов. Остальные виды грибов сушатся путем горячей сушки. Это связано с тем, что даже молодые и неповрежденные грибы содержат яйца насекомых. Если сушить на солнце грибы с крупными плодовыми телами, то в еще не высохших грибах происходит распад белков, продукты выделения могут вызвать отравление.

Сушить грибы можно при температуре от 55 до 70 градусов. При более высоких температурах сок из грибов выделяется, что приводит к снижению качества. В домашних условиях грибы можно сушить в духовке или над газом, а также на батареях во время отопительного сезона. Если вы сушите грибы на противне, он должен быть сетчатым и на него надо постелить соломку, чтобы грибы не подгорели и не запарились.

Перед сушкой грибы надо хорошо отсортировать и очистить от приставших к ним листьев и земли. Мыть грибы перед сушкой не следует, так как они после мытья очень долго сохнут, поэтому их вытирают слегка влажным полотенцем.

Как мы уже говорили, качество продукта зависит еще и от сорта и вида грибов. Продукция самого высокого качества получается при сушке дубового и березового белых грибов. Для получения сухих белых грибов их собирают молодыми. Если есть червоточины, то их не следует бояться, так как при термальной сушке яйца насекомых уничтожаются. Грибам обрезают ножки до 2 см: сушат гриб целиком. Если плодовое тело у гриба достаточно мощное, то шляпку режут на четыре части, а ножки режут кубиками. Такой метод разделки грибов используется при сушке с нанизыванием на нитки.

Если вы сушите на противне, то грибы надо резать продольными ломтиками. Сушка белых грибов начинается при температуре 55 градусов и идет до тех пор, пока они не станут легко гнуться. После этого увеличиваем температуру до 70 градусов, а окончательно высушиваем при температуре 60 градусов. Все виды белых грибов при сушке и после нее не должны менять цвет. Если они меняют цвет, то можете с легкой душой их выкинуть, так как при изменении цвета грибы становятся несъедобными. При сушке меняют цвета подосиновики и подберезовики, а еще маслята. Польский гриб,

обабок и красноголовец после сушки становятся почти черными.

При правильном хранении сухие грибы, сохраняют свои качества в течение нескольких лет. Хранятся сухие грибы в герметично закрытых банках, в темном и сухом месте.

Иногда грибы сушат нарезанными на тонкие пластинки вдоль шляпки и корня. Такие грибы получили название «грибной лапши». При ее приготовлении процесс сушки протекает быстрее и хранятся такие грибы значительно дольше.

В наше время большой популярностью пользуется приготовление грибных порошков. Для их приготовления используют в основном шампиньоны и дождевики. Грибные порошки очень легко усваиваются организмом, и из них можно быстро приготовить любое блюдо.

Грибные порошки готовятся из хорошо высушенных грибов, путем измельчения на кофемолке. Перед закладкой в кофемолку грибы мелко крошат. После того как вы перемелете грибы первый раз, просейте их через густое сито. Не прошедший через сито остаток снова перемелите на кофемолке. Грибные порошки хранят в сухом и темном месте в герметичной таре.

Пластинчатые грибы для сушки не используются, так как содержат едкий млечный сок, который надо очень долго вымывать, а как мы уже говорили выше, перед сушкой мыть грибы нежелательно.

# ВАРКА

Это достаточно простой процесс, если вы знаете, как правильно следует варить грибы. При варке важно знать, какое время должно на это уходить. При переваривании грибы теряют некоторые свои качества. Перед варкой нужно очистить грибы, промыть их под проточной водой и только после этого приступать к процессу варки.

Подготовленные грибы закладывают в кастрюлю с небольшим количеством воды. Вода должна быть подсоленной. Соль берется из расчета 40 г на 1 кг грибов. После того как вода закипит, начинает выделяться много пены, которую надо убирать шумовкой. Сигналом окончания варки служит опускание грибов на дно кастрюли. Главное, не пропустить окончание процесса варки, так как грибы становятся менее вкусными и не ароматными.

Для разных видов грибов время варки различно. Белые грибы, рядовки, зеленушки, опята осенние и лисички варятся не менее 30 минут от начала кипения. Маслята, обабки, рыжики и т. д. варятся не более 15 минут от начала кипения. Вода, в которой отвариваются пластинчатые грибы, не используется, а бульон после варки трубчатых грибов можно использовать для приготовления грибных супов.

Некоторые хозяйки при варке грибов кладут в кастрюлю большую луковицу или серебряную монету. Многие скажут, что это блажь. На самом деле серебро забирает все вредные вещества на себя, а лук нейтрализует все вредные компоненты, содержащиеся в грибах. Ведь грибы впитывают в себя достаточно большое количество вредных веществ. Поэтому не рекомендуют собирать грибы на обочинах дорог. Лучше углубиться в чащу леса и там поискать грибы.

Существует огромное многообразие блюд из вареных грибов. В этой главе мы сможем привести лишь немногие из них. Но мы надеемся, что они вам понравятся.

## СУП «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»

Грибы и картофель нарежьте ломтиками и варите 20–30 минут. Мелко нарезанный лук с морковью и корнем петрушки спассеруйте на сливочном масле. Пассеровку добавьте в суп за 10–15 минут до готовности. Перед готовностью в небольшом количестве молока разведите половину столовой ложки пшеничной муки, добавьте в суп и доведите до кипения.

Вам потребуется:
грибы свежие — 50 г,
картофель — 100 г,
морковь — 10 г,
корень петрушки — 10 г,
масло сливочное — 10 г,
молоко — 20 г,
мука — 5 г,
вода — 1 л.

## СУП «СОЛО»

Очищенный картофель и мелкие грибы варите целиком, крупные грибы нарежьте широкими ломтями. Когда картофель сварится, выньте его и тщательно разомните или протрите через сито. Лук, морковь и корень петрушки слегка обжарьте на масле и проверните на мясорубке вместе с отваренными грибами. Введите в грибной бульон и дайте прокипеть в течение 5-10 минут. При подаче заправить сметаной.

Вам потребуется:
грибы сушеные — 50 г,
картофель — 150 г,
морковь — 20 г,
петрушка — 10 г,
лук — 10 г,
масло растительное — 10 г,
вода — 1 л.

## СУП «МЕДВЕЖЬИ УШКИ»

Свежие грибы отварите, лук спассеруйте и приготовьте из этих продуктов фарш. Из отвара и части муки (20 г) сварите пюреобразный суп. Из оставшейся муки замесите крутое пресное тесто и сделайте ушки (наподобие пельменей), которые обжарьте в растительном масле и положите в суп.

Вам потребуется:
грибы свежие — 150 г,
лук репчатый — 15 г,
масло растительное — 15 г,
мука — 60 г,
вода — 1 л.

## ПИРОЖКИ «ВСТРЕЧА»

С вечера залейте грибы молоком или водой, чтобы они набухли. Варите, добавив лук и специи. Когда грибы сварятся, бульон слейте и загустите мукой. Грибы и лук мелко нарежьте, добавьте сметану.

Муку просейте, добавьте воду, уксус, соль, взбитое яйцо, соду, масло и замесите тесто. Раскатанное тесто нарежьте квадратами. В середину каждого квадрата положите грибную начинку, приготовленную из прокрученных через мясорубку вареных грибов и пассерованного лука. Края зажмите, формуя треугольники. Поместите на противень, промазанный маслом, и выпекайте в духовке. Готовые пирожки подают к грибному бульону, посыпанному мелко нарезанной зеленью.

Вам потребуется:
сушеные грибы — 50 г,
молоко или вода — 1 л,
масло — 20 г,
мука — 20 г,
лук репчатый — 2 шт.,
зелень — 2 ст. л.,
сметана — 2 ст. л.,
для теста:
мука — 1 ст.,
яйцо — 1 шт.,
вода — 2 ст.л.,
масло — 2 ст. л.,
сода — 1/2 ч. л.,
уксус — 1 ч. л.,

## ПЕЛЬМЕНИ «ФАНТАЗИЯ»

Яйца взбейте, добавьте сметану, масло, соль и муку, перемешайте в однородную массу и поставьте в холодное место. Отваренные сушеные грибы, лук и зелень мелко нарежьте и обжарьте на сковородке в масле, посолите, поперчите, добавьте мелко нарезанную зелень. Подготовленное тесто раскатайте в тонкий пласт, стаканом вырежьте кружочки. В центр каждого положите начинку, края защипните. Опустите пельмени в подсоленную кипящую воду и варите до тех пор, пока они не всплывут. Затем пельмени выньте и положите в тарелку с разогретым бульоном, посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Вам потребуется:
мясной бульон — 1 л.;
для теста:
яйцо — 2 шт.,

сметана — 2 ст. л.,
мука — 1 ст.,
соль по вкусу;
для начинки:
сушеных грибов — 50 г,
лук репчатый — 1 шт.,
масло — 1 ст. л.,
зелень — 1 ст. л.,
соль, перец — по вкусу.

## БОРЩ «ВЕСЕННИЙ ДЕНЬ»

Подготовьте несколько крупных белых грибов, промойте их в воде и варите до полной готовности. После того как грибы сварятся, их надо выловить, шумовкой. Далее, потушите на сковороде нашинкованную капусту и свеклу, положите в кастрюлю с грибным бульоном и варите в течение 20 минут. Затем обжарьте на сковороде коренья: нарезанный лук, морковь и петрушку. За 10 минут до готовности капусты и свеклы заложите в кастрюлю коренья и варите до готовности. После того как борщ будет готов, нарежьте вареные грибы и засыпьте в кастрюлю с борщом. Подавайте на стол со сметаной и зеленью.

Вам потребуется:
вода — 2 л,
грибы белые, свежие — 4 шт.,
капуста свежая — 300 г,
свекла — 200 г,
лук репчатый — 2 шт.,
морковь — 2 шт.,
петрушка — 2 шт.,
соль, сметана и зелень — по вкусу.

## СУП «ПОЗДНЯЯ ОСЕНЬ»

Подготовьте несколько подосиновиков и отварите их до полной готовности. Через 10 минут после закипания воды заложите в кастрюлю обжаренные коренья. За 6 минут до полной готовности засыпьте макаронные изделия. На приготовление супа у вас не должно уйти больше 30 минут (время приготовления грибов). Суп подавать со свежей зеленью.

Вам потребуется:
вода — 1,5 л,
грибы свежие — 4–5 шт.,
лук репчатый — 1 шт.,

морковь — 2 шт.,
макароны — 80 г,
соль и зелень — по вкусу.

## РАГУ «ЦВЕТНАЯ РАДОСТЬ»

Подготовьте несколько белых грибов и отварите их. Далее, отварите свеклу, картофель и морковь. После того как грибы отварятся в подсоленной воде, их надо остудить и порезать кубиками. Остальные отваренные овощи тоже следует порезать кубиками. Перемешайте грибы с овощами и добавьте нашинкованного лука. Полученное хорошо перемешайте и заправьте растительным маслом. Соль и черный перец добавьте по вкусу.

Вам потребуется:
грибы свежие — 5 шт.,
свекла — 2–3 шт.,
картофель — 5 шт.,
морковь — 3–4 шт.,
лук репчатый — 3 шт.,
соль и черный перец — по вкусу.

## САЛАТ «СОЛНЫШКО»

Подготовьте шампиньоны среднего размера и поставьте их вариться в подсоленной воде до полной готовности. Пока они будут вариться, поставьте варить яйца и откройте банку с консервированной кукурузой. После того как отварятся грибы и яйца, нашинкуйте их в блюдо и добавьте туда кукурузы. Полученное хорошо перемешайте и заправьте сметаной или майонезом.

Вам потребуется:
шампиньоны — 40 г,
яйца — 2 шт.,
кукуруза — 100 г,
сметана или майонез — 3 ст. л.,
соль — по вкусу.

## САЛАТ ГРИБНИКА

Отварите свежие грибы, остудите и нарежьте ломтиками. Отварите несколько картофелин, нарежьте и смешайте с грибами. Нашинкуйте лук, обжарьте на сковороде и смешайте с грибами и картофелем. Поперчите и посолите полученный салат.

Вам потребуется:
грибы свежие — 200 г,
картофель — 4–5 шт.,
лук репчатый — 2 шт.,
соль и перец — по вкусу.

## САЛАТ «ОСЕННИЙ»

Отварите свежие грибы и нарежьте ломтиками. Смешайте с квашеной капустой и нашинкованным луком. Засыпьте в салат свежей, нарезанной зелени и заправьте все растительным маслом.

Вам потребуется:
грибы свежие — 200 г,
капуста квашеная — 200 г,
лук репчатый — 2 шт.,
зелень свежая — 2 пучка,
масло растительное — 1 ст. л.,
соль и перец — по вкусу.

## ГРИБЫ «СУВОРОВ»

Возьмите несколько крупных белых грибов, очистите их, промойте и поставьте варить. Через 15 минут составьте их с огня и вытащите шумовкой. Дайте грибам остыть и после этого нарежьте соломкой. Затем положите грибы в кастрюлю, добавьте нарезанного лука и масла, залейте сливками и поставьте на небольшой огонь тушиться. Через 10 минут положите в кастрюлю нарезанного зеленого лука, гвоздики и тушите еще 10 минут. Подавайте на стол в горячем виде.

Вам потребуется:
свежие грибы — 3–4 шт.,
лук репчатый — 2 шт.,
растительное — 1,5 ст. л.,
сливки — 1,5 ст.,
лук зеленый — 2–3 шт.,
гвоздика — 1/3 ч. л.,
соль и перец — по вкусу.

Большое распространение в кулинарии получили грибные соусы. Они не являются самостоятельными блюдами, а подаются для улучшения вкуса к мясным, рыбным и овощным блюдам. Соусы готовят на грибном бульоне. Лучшим для этой цели является концентрированный бульон из белых грибов. Зачатком соусов является основной грибной соус.

## ОСНОВНОЙ СОУС

Подготовьте несколько штук белых грибов, опустите их в небольшое количество подсоленной воды и варите до полной готовности. На сковороде на масле обжарьте муку и смешайте ее с грибным бульоном, кипятите смесь на медленном огне 5-10 минут. Грибы, остуженные после варки, прокрутите через мясорубку и смешайте их с жареным луком. После этого заложите грибы с луком в муку с бульоном. Доведите всю смесь до кипения. Полученное блюдо является основным грибным соусом. Он соус подается к блюдам из картофеля, мяса и является основой различных соусов.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
вода — 1 л,
мука — 50 г,
масло растительное — 2 ст. л.,
лук репчатый — 2 шт.,
соль и перец — по вкусу.

## СОУС «ЛАКОМКА»

Основной грибной соус разогрейте на медленном огне и заправьте сметаной. Кипятите на медленном огне 10 минут. Этот соус подается в основном к блюдам из нежирного мяса. Соус рекомендуется посыпать нашинкованной зеленью.

Вам потребуется:
основной грибной соус — 600 мл,
сметана — 250 г,
зелень — 1 пучок,
соль и перец — по вкусу.

## СОУС «ЕГЕРЬ»

Обжарьте репчатый лук на масле, влейте вино и уварите на одну треть объема. Добавьте к смеси основной грибной соус, томат-пюре, сахар и варите еще 10–15 минут. После окончания варки посыпьте нарезанной зеленью. Такой соус подается к жареной дичи.

Вам потребуется:
основной грибной соус — 700 г,
масло растительное — 2 ст. л.,
лук репчатый — 3 шт.,
вино виноградное — 100 мл,

томат-пюре — 150 г,
сахар — 1 ч. л.,
зелень — 1 пучок,
соль и перец — по вкусу.

## СОУС «УТОЧКА»

Спассеруйте томат-пюре и добавьте в него основной грибной соус, изюм и чернослив. Прокипятите 10–15 минут. Перед закладкой в соус чернослива удалите косточки. Соус подается к блюдам из утки и гуся.

Вам потребуется:
основной грибной соус — 700 г,
томат-пюре — 100 г,
чернослив — 50 г,
изюм — 20 г,
сахар — 1 ч. л.,
соль и перец — по вкусу.

## СОУС «ДАЧНЫЙ»

Возьмите небольшой кусок ветчины, нарежьте небольшими кусочками и обжарьте с нашинкованным репчатым луком в течение 3–5 минут. Затем добавьте нарезанные соленые огурцы и залейте виноградным вином. Прокипятите в течение 10 минут. Далее: влейте основной грибной соус и нарезанные кубиками вареные грибы, заправьте маслом и варите 10 минут. Подается этот соус к блюдам из свинины и баранины.

Вам потребуется:
основной грибной соус — 700 г,
ветчина — 150 г,
грибы свежие — 200 г,
огурцы соленые — 50 г,
вино виноградное — 100 мл,
масло сливочное — 30 г,
соль и перец — по вкусу.

## СОУС «ДАР ОСЕНИ»

Возьмите несколько крупных белых грибов и отварите их в подсоленной воде до полной готовности. По отдельности отварите картофель и морковь. Затем мелко нарежьте отваренные овощи и добавьте к ним консервированного зеленого горошка. Полученную массу потушите на масле с добавлением небольшого

количества воды в течение 10 минут. Потом выключите огонь под тушеными овощами и заложите в них вареные грибы. Дайте блюду немного постоять. Перед тем как подать на стол, посыпьте на приготовленное зелени.

Вам потребуется:
грибы свежие — 200 г,
картофель — 500 г,
морковь — 200 г,
горошек консервированный — 700 г,
масло сливочное — 100 г,
зелень — 1 пучок,
сахар, соль и перец — по вкусу.

## СОУС «УТРО В ДЕРЕВНЕ»

Очистите картофель, вымойте клубни под проточной водой и нарежьте их кусочками. Потушите в кастрюле — с маслом и с добавлением небольшого количества воды — до полной готовности. Перед снятием с огня добавьте мелко нарезанных вареных грибов. Выключите и дайте постоять. Перед подачей к столу посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Вам потребуется:
картофель — 1 кг,
масло сливочное — 70 г,
грибы свежие — 200 г,
зелень — 1 пучок,
соль и перец — по вкусу.

## СОУС «СОСНОВЫЙ БОР»

Подготовьте несколько белых сосновых грибов и отварите их в подсоленной воде. Возьмите цветную капусту, разделите ее на соцветия и тоже отварите в подсоленной воде, процедите и выложите на блюдо. Из масла, муки и грибного бульона приготовьте густую кашицу, заправьте ее нарезанными вареными грибами, тертым чесноком и черным перцем. Полученным соусом залейте капусту. Блюдо подается на стол горячим, можно сверху покрошить зелени.

Вам потребуется:
свежие грибы — 4–5 шт.,
капуста цветная — 1,5 кг,
масло растительное — 100 мл,
мука — 30 г,
чеснок — 3 зубчика,

зелень — 1 пучок,
соль и перец — по вкусу.

## ГРИБЫ В «ГОРШОЧКАХ ЗОЛОТА»

Для этого блюда используют глиняный горшок, но если нет такового можете использовать кастрюлю. Итак, положите в горшок нарезанную фасоль, мелко нарезанный лук, острый перец и подготовленные и нарезанные кубиками белые грибы. Залейте холодной водой и растительным маслом, посыпьте красным перцем и поставьте варить на медленный огонь, закрыв горшок крышкой. За несколько минут до полной готовности посолите блюдо. Подавать на стол горячим.

Вам потребуется:
фасоль — 400 г,
грибы свежие — 200 г,
лук репчатый — 2 шт.,
перец острый — 5 стручков,
масло растительное — 100 мл,
красный перец — 5 г,
соль — по вкусу.

## ФАСОЛЬ «ЛЮБИТЕЛЬ ОСТРЕНЬКОГО»

Отварите в подсоленной воде подготовленные свежие грибы и выловите их шумовкой. Затем поставьте варить на грибном бульоне фасоль. Далее, потушите на сковороде с небольшим количеством масла и воды лук, чеснок и помидоры, заправив их острым и красным перцем. После того как сварится фасоль, заложите в нее приготовленную смесь и нарезанные грибы и варите на медленном огне 10 минут. Полученное блюдо подавать на стол горячим, предварительно посыпав зеленью.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
фасоль — 400–500 г,
лук репчатый — 3 шт.,
чеснок — 10 зубчиков,
масло растительное — 100 мл,
помидоры — 3–4 шт.,
красный перец — 1 ч. л.,
перец острый — 5–6 стручков,
соль — по вкусу.

## ЗАКУСКА «РУССКИЙ СМАК»

Подготовьте несколько крупных мясистых грибов и отварите их в подсоленной воде. Затем выловите их шумовкой и в полученном грибном бульоне отварите очищенный и разрезанный на части картофель. Далее: потушите на сковороде — с небольшим количеством воды и масла лук, морковь и сельдерей и заправьте их красным перцем. Затем добавьте мелко нарезанные помидоры и потушите еще несколько минут. Залейте полученное блюдо грибным бульоном, посолите и поварите 7–8 минут. Снимите с огня, добавьте мелко нарезанные огурцы и петрушку. Полученной смесью залейте нарезанные грибы и картофель.

Вам потребуется:
свежие грибы — 300 г,
картофель — 1,25 кг,
помидоры — 200 г,
лук репчатый — 4 шт.,
морковь — 4–5 шт.,
корень сельдерея — 50 г,
огурцы соленые — 40 г,
сливочное масло — 100 г,
перец красный — 5 г,
зелень петрушки и соль — по вкусу.

## ЗАКУСКА «ШИПКА»

Отварите подготовленные грибы до полной готовности, выловите шумовкой, разрежьте на кубики и положите на блюдо. Затем поджарьте на сковороде — на небольшом количестве масла разрезанные стручки сладкого перца. Следом в том же масле за минуту обжарьте нарезанный чеснок, выложите на сковороду протертые помидоры, добавьте соли и уксуса, и тушите на медленном огне 5-10 минут. Положите на грибы нарезанный и поджаренный сладкий перец и вылейте на них полученный соус. Перед подачей на стол блюдо приправьте зеленью.

Вам потребуется:
свежие грибы — 300 г,
сладкий перец — 1 кг,
помидоры — 500 г,
чеснок — 10 зубчиков,
масло растительное — 100 мл,
уксус — 5 мл,
зелень и соль — по вкусу.

## ГОРЯЧИЙ САЛАТ «ВЕГЕТАРИАНЕЦ»

Отварите подготовленные грибы в подсоленной воде и достаньте их из воды шумовкой. Далее, мелко нашинкованный лук спассеруйте в жире и небольшом количестве воды до мягкости. Засыпьте муку и красный перец, через некоторое время заложите нарезанный шпинат с очищенным и нарезанным чесноком. Залейте блюдо грибным бульоном с нарезанными грибами, посолите, заправьте черным перцем и варите на медленном огне до полной готовности. Подавать на стол это блюдо лучше горячим и со сметаной.

Вам потребуется:
свежие грибы — 5–6 шт.,
листья шпината — 1 кг,
лук репчатый — 4 шт.,
масло растительное — 100 мл,
чеснок — 4–5 зубиков,
мука — 20 г,
красный перец — 5 г,
сметана — 400 г,
соль и черный перец — по вкусу.

## ГРИБЫ «ГРЕЦИЯ»

Отварите подготовленные грибы в подсоленной воде и выловите их шумовкой. Далее, почистите и нарежьте баклажаны, посолите и дайте стечь горьковатому соку, затем поджарьте баклажаны на масле. Стручки перца очистите от плодоножек и семян и тоже обжарьте. В остальной жир положите истолченные вместе с чесноком орехи и налейте немного грибного бульона, посолите и вскипятите. Положите на блюдо нарезанные вареные грибы, обжаренные баклажаны и перец и залейте полученным соусом. Подавайте на стол в горячем виде и желательно посыпать сверху зелени.

Вам потребуется:
свежие грибы — 5–6 шт.,
баклажаны — 700 г,
перец сладкий — 1 кг,
масло растительное — 180 мл,
очищенные грецкие орехи — 70 г,
чеснок — 5–6 зубчиков,
соль и зелень — по вкусу.

А теперь перейдем к жарению грибов. В жареном виде грибы употребляют с незапамятных времен. Жареные грибы не уступают по своему качеству ни вареным, ни маринованным, а некоторые виды грибов даже рекомендуется употреблять исключительно в

жареном виде. Существует огромное многообразие блюд из жареных грибов и с жареными грибами. Целой книги не хватит, чтобы перечислить все кулинарные рецепты. В этой главе мы изложим небольшое количество рецептов блюд из жареных грибов.

## ГРИБЫ «ЗАВТРАК НА ТРАВЕ»

Молодые грибы хорошо вымойте (можно вымачивать их в течении 3-х суток и сушить на полотенце или на бумаге). Затем грибы нарежьте ломтиками. Жарьте на широкой сковороде в течение 30 минут, не забывая помешивать. За 15 минут до полной готовности добавьте нашинкованный лук.

Вам потребуется:
свежие грибы — 300 г,
лук репчатый — 3 шт.,
масло растительное — 2 ст. л.,
соль и перец — по вкусу.

## ГРИБЫ «ГУРМАН»

Грибы отварите в подсоленной воде до полуготовности, достаньте шумовкой и нарежьте небольшими кусочками. Затем отварите картофель и тоже нарежьте его кусочками. Картофель и грибы выложите на политую маслом разогретую сковороду и жарьте до подрумянивания. Далее положите на сковороду лук, предварительно нарезанный и обжаренный, добавьте муки и немного грибного бульона. Все хорошо перемешайте и залейте сметаной. Полученное блюдо кипятите в течение 15–20 минут. Готовое блюдо посыпьте свежей зеленью и подавайте горячим.

Вам потребуется:
грибы свежие — 200 г,
картофель — 300 г,
лук репчатый — 3 шт.,
масло растительное — 2 ст. л.,
мука — 10 г,
сметана — 100 г,
соль, перец и зелень — по вкусу.

## «ЗОРЬКА»

Отварите грибы, нарежьте небольшими ломтиками и поставьте жариться на медленный огонь. Затем нарежьте репчатый лук и выложите его в сковородку с грибами. Медленно

помешивая, жарьте лук и грибы до образования румяной корочки. Через некоторое время выложите на сковороду свежие, нарезанные помидоры; когда они обжарятся, залейте полученную смесь хорошо взбитыми яйцами с мукой. Жарьте до загустения белка.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
лук репчатый — 2 шт.,
масло растительное — 1 ст. л.,
помидоры — 3 шт.,
мука — 10 г,
яйца — 3 шт.,
соль и перец — по вкусу.

## ШАШЛЫК «ВЕЧЕР В ЛЕСУ»

Возьмите свежесобранные грибы, помойте их, обсушите и пересыпьте небольшим количеством соли. Через полчаса смело нанизывайте грибы на шампуры или деревянные прутики, чередуя со свежими помидорами и с нарезанным колечками луком. Печь над жаром костра в течение 10–15 минут.

Вам потребуется:
свежие грибы — 300–400 г,
соль — 20 г,
помидоры — 400 г,
лук репчатый — 4 шт.

## «ТРИ ТОЛСТЯКА»

Подготовленные грибы отварите в подсоленной воде, выловите шумовкой и нарежьте небольшими кусочками. Мясо, желательно свинину, помойте, нарежьте небольшими кусочками и обжарьте на сковороде, на топленом сале. На оставшемся на сковороде сале обжарьте грибы и нашинкованный лук. Далее, в утятнице растопите топленое сало и уложите слоем картофель предварительно нарезанный; сверху положите слой нарезанного колечками болгарского перца, на перец — слой жареных грибов и мяса. Все это заправьте красным перцем. Затем повторите закладку овощей, мяса и грибов в той же последовательности до тех пор, пока утятница не будет полна. Напоследок влейте полтора стакана грибного бульона и закройте крышкой. Тушите полученное на медленном огне в течение одного часа. За десять минут до снятия с огня откройте крышку и заправьте блюдо сметаной. Закройте крышку и слегка встряхните утятницу, чтобы

сметана распределилась по содержимому равномерно; потушите еще 10 минут.

Вам потребуется:
грибы свежие — 400 г,
свинина — 1 кг,
лук репчатый — 4 шт.,
сало топленое — 200 г,
картофель — 1 кг,
перец болгарский — 6 шт.,
перец красный молотый — 10 г,
сметана — 150 г,
соль — по вкусу.

## ГОЛУБЦЫ «МЕЧТА КАЗАКА»

Подготовленные грибы отварите до полной готовности, вытащите шумовкой и мелко нарежьте. Нашинкованный лук обжарьте на топленом сале вместе с грибами и добавьте запаренный рис, посолите и поперчите.

Из капусты вырежьте кочерыжку, опустите капусту в кипяток и варите 15–20 минут. Затем охладите, срежьте с листьев толстые прожилки. Разложите на листьях начинку и сверните листья конвертами.

Возьмите кастрюлю, желательно побольше, выложите дно оставшимися капустными листьями, уложите голубцы и на треть высоты кастрюли залейте горячим грибным бульоном. Посолите, закройте крышкой и поставьте тушиться на медленном огне в течение 2-х часов. Подавайте голубцы к столу горячими и со сметаной.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
кочан капусты — 1 шт.,
рис — 1 стакан,
сало топленое — 100 г,
лук репчатый — 4 шт.,
сметана, соль и перец — по вкусу.

## «ПОЛЯНА»

Подготовленные грибы отварите в подсоленной воде, охладите и нарежьте ломтиками. Нашинкуйте лук и обжарьте вместе с грибами, посолите и поперчите. Покрошите зелени и залейте сливками. Накройте крышкой и тушите в течение 1 часа. Подавайте к столу в горячем виде.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
лук репчатый — 3 шт.,
масло растительное — 1 ст. л.,
сливки — 1,5 стакана,
зелень — 1 пучок,
соль и перец по вкусу.

## ГРИБЫ «ПАСТУШОК»

Отваренные грибы обжарьте на топленом сале вместе с нашинкованным луком. Затем на отдельной сковороде на сале обжарьте помидоры. Обжаренные грибы и лук смешайте с помидорами, заправьте красным перцем и измельченной брынзой. Подлейте грибного бульона и тушите на медленном огне до полной готовности. Подавайте к столу с зеленью.

Вам потребуется:
грибы свежие — 1 кг,
лук репчатый — 3 шт.,
сало топленое — 50 г,
помидоры — 5 шт.,
перец красный — 5 г,
брынза — 300 г,
соль и черный перец по вкусу.

## ЗАПЕКАНКА «СОФИЯ»

Грибы отварите, выловите шумовкой и нарежьте кубиками. Затем помойте шпинат, пробланшируйте его в кипящей подсоленной воде и отцедите. Потушите шпинат, грибы обжарьте на масле вместе с нарезанным луком. Все полученное смешайте с тертой брынзой. Часть полученной смеси выложите на небольшой противень, сверху положите слой, предварительно отваренной вермишели. Далее разложите еще одну часть грибной смеси и еще одну часть вермишели, и так, пока смесь и вермишель не закончатся. Залейте полученное блюдо смесью из взбитых яиц, молока и муки, сверху положите небольшие кусочки сливочного масла и запекайте в духовке при умеренной температуре 30–40 минут. Подавайте к столу со сметаной.

Вам потребуется:
грибы свежие — 400 г,
шпинат — 750 г,
лук репчатый — 5 шт.,
масло растительное — 60 мл,

масло сливочное — 70 г,
вермишель — 300 г,
мука — 20 г,
молоко — 1 стакан
брынза — 200 г,
яйца — 3 шт.,
сметана — 2 ст.,
соль по вкусу.

## АССОРТИ «ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ»

Отварите свежие грибы (желательно белые), охладите их и нарежьте небольшими кусочками. Свежие бобы тоже нарежьте кусочками и потушите вместе с грибами, мелко нарезанным луком и красным перцем. Далее залейте горячим грибным бульоном, посолите и варите на медленном огне до полуготовности. Затем засыпьте рис, поварите еще 15 минут, посыпьте черным перцем и измельченной зеленью. Подавайте к столу со сметаной, смешанной с протертым чесноком.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
бобы свежие — 700 г,
масло растительное — 100 мл,
лук репчатый — 3 шт.,
рис — 1 стакан,
красный перец — 5 г,
сметана — 1,5 стакана,
чеснок — 10 шт.
соль, зелень и черный перец по вкусу.

## МЯСО «ВИКИНГ»

Возьмите кусок баранины, помойте его и нарежьте небольшими кусочками. Затем, посолите, поперчите, залейте вином и дайте постоять 30 минут. Отварите подготовленные грибы, выловите шумовкой и нарежьте небольшими кубиками. Мелко нарезанный лук обжарьте на сковороде вместе с грибами и отмоченным мясом. Потом всыпьте красный перец, приправы, положите помидоры, чеснок и чабрец. Залейте стаканом грибного бульона, закройте крышкой и тушите на слабом огне до полной готовности. К столу подавайте горячим, посыпав зеленью.

Вам потребуется:
грибы свежие — 300 г,
баранина — 750 г,

масло растительное — 100 г,
вино белое — 200 мл,
лук репчатый — 2 шт.,
помидоры — 200 г,
красный молотый перец — 5 г,
черный перец, соль, чабрец и чеснок по вкусу.

## ПОРОСЕНОК ФАРШИРОВАННЫЙ «ПЯТАЧОК»

Хорошо промытые потроха поросенка (печень, сердце, почки и т. д.) обдайте кипятком, нарежьте и поставьте тушиться на медленный огонь вместе с нарезанным луком. Отварите грибы, нарежьте небольшими кусочками и обжарьте на сковороде. За 20 минут до окончания тушения мяса заложите грибы, добавьте рис, изюм, жареные и мелко нарезанные каштаны, черный перец, корицу и соль.

Очищенного, вымытого и натертого солью со всех сторон поросенка, наполните приготовленной смесью, зашейте и намажьте салом. На небольшой противень положите несколько вишневых веточек, на них — фаршированного поросенка и налейте на противень немного воды. Запекайте в духовке при умеренной температуре и поливайте время от времени выделяющимся соком.

Вам потребуется:
поросенок с потрохами — на 3 кг,
грибы свежие — 300 г,
рис — 300 г,
лук репчатый — 4 шт.,
смалец — 100 г,
изюм — 150 г,
каштаны — 10–20 шт.,
молотая корица — 3 г,
черный молотый перец и соль по вкусу.

Если вы прочитали главу с нашими рецептами и вас удивило большое количество перца и чеснока в рецептах, не пугайтесь. Вы можете на свое усмотрени приправлять чесноком и перцем эти блюда. Вкус и аромат их от этого не ухудшится и доставит вам огромное удовольствие. Мы надеемся, что все предложенные нами блюда вам понравятся и вы несомненно захотите что-нибудь приготовить из наших рецептов.

Итак, приятного вам аппетита.

Чтобы сохранить грибы на более долгий срок, варка и жарение не годятся. Тут нужны более радикальные методы переработки продуктов. С ними мы и хотим вас познакомить в

следующей части книги.

# ПОДГОТОВКА ГРИБОВ К КОНСЕРВИРОВАНИЮ

Свежие грибы перед консервацией необходимо тщательно обработать, так как от этого будет зависеть и их вкус, и длительность хранения.

Грибы очень быстро портятся, поэтому приступать к их обработке нужно в самый короткий срок после того, как они собраны в лесу. При длительном хранении, необработанные свежие грибы самонагреваются, и могут начать гнить. Грибы содержат множество ферментов и микроорганизмов, которые и вызывают их порчу. Консервирование грибов заключается в уничтожении или существенном замедлении развития этих микроорганизмов.

Особенно быстро портятся грибы, собранные в дождливую погоду, поэтому их нужно немедленно подвергнуть термической обработке.

Собранные грибы даже недолго нельзя хранить кучами — так они намного быстрее портятся и ломаются. Лучше грибы раскладывать на растеленную на ровной поверхности чистую сухую бумагу или плотную ткань. Если у вас нет возможности начать перерабатывать свежие грибы сразу же после того, как вы их привезли из леса, разложите их на бумагу и поместите в прохладное место на несколько часов.

Сохранить свежие грибы в течение 3 суток можно, выложив их в широкую миску и поставив ее в холодильник. Мыть грибы обязательно.

Если большинство грибов в необработанном виде имеют очень короткий срок хранения, то трюфели в холодильнике могут храниться в течение целого месяца.

Прежде всего привезенные из леса грибы нужно очистить от приставших к ним листьев, хвои, веточек и комьев земли.

Затем грибы сортируют по видам и тщательно промывают холодной водой. После этого грибы нужно перебрать и обрезать части, поврежденные плесенью, гнилью или червями.

Многие светлые грибы в свежем виде быстро темнеют, так как в их составе содержится много веществ, способных к окислению. Для того чтобы грибы не потеряли своей привлекательности, после чистки, которую нужно проводить как можно быстрее, их помещают в холодную воду, в которую добавлены соль или лимонная кислота.

Вообще же, грибы после чистки и мытья долго хранить не

рекомендуется. Очищенные грибы нужно по возможности в минимально короткий срок подвергнуть тепловой обработке — отварить, бланшировать или обжарить.

Млечники, то есть грибы, содержащие горький сок,(на вид похожий на молоко) перед консервированием нужно замочить в холодной воде на 2–3 суток, при этом воду нужно менять каждые 6–7 часов. К млечникам относят грузди черные, белые, волнушки, валуи и другие грибы.

После замачивания валуи ошпаривают кипятком, а белые и черные грузди кипятят 10 минут.

Проверить — готовы ли млечники к консервированию — просто: шляпка гриба должна легко гнуться и не ломаться.

У пластинчатых грибов (рыжиков, груздей, лисичек, сыроежек, опят и др.) отрезают ножки почти по самую шляпку или на 2–3 см от нее. Иногда ножки грибов,(например, подосиновиков и подберезовиков) можно консервировать отдельно от шляпок.

Мыть грибы нужно очень осторожно, чтобы не поломать их шляпки.

Промытые грибы сортируют по размеру на три группы: большие, средние или маленькие. При небольшом количестве грибов их не сортируют, а консервируют все вместе. Крупные грибы можно разрезать на 2–3 части.

У сыроежек и опят перед консервированием снимают кожицу со шляпок.

Сыроежки перед консервированием нужно опустить в кипящую воду на 10 минут.

# ЗАСОЛКА ГРИБОВ

Соленые грибы очень вкусны, они отличаются долгим сроком хранения и несложностью приготовления. Приведенные в этой главе рецепты помогут вам засолить грибы в домашних условиях.

Засолка как один из самых распространенных способов длительного хранения грибов основывается на гигроскопическом свойстве соли, которая лишает микроорганизмы, содержащиеся в грибах, влаги, что ведет к их гибели, а следовательно — к долгой сохранности грибов.

Для засолки используют практически все виды грибов, хотя особенно хороши соленые млечники. Из пластинчатых грибов засаливают рыжики, грузди, опята, волнушки, и др., а из трубчатых грибов — подосиновики, подберезовики, белые, маслята. Следует учитывать, что соленые трубчатые грибы часто раскисают, теряют форму.

Перед засолкой грибы тщательно обработайте: отсортируйте, промойте, у пластинчатых грибов срежьте ножки, млечники замочите в холодной воде.

Засаливают грибы в деревянных бочках, стеклянных банках, эмалированных ведрах и кастрюлях. Многие предпочитают солить грибы в деревянных бочках, так как в них грибы приобретают особый, крепкий аромат.

Соленые грибы нужно хранить в прохладном помещении и при этом следить, чтобы деревянный кружок на бочке или банке не покрывался плесенью. Если плесень появилась, промойте кружок в горячей соленой воде. Начатые банки с грибами нужно хранить в холодильнике, при этом необходимо учитывать, что срок такого хранения соленых грибов не должен превышать 7 дней.

Существуют два основных способа засолки грибов: холодный и горячий.

## ХОЛОДНЫЙ СПОСОБ

Для консервирования этим способом подходят рыжики, волнушки, сыроежки, грузди. Перед засолкой грибы (кроме рыжиков и сыроежек) замочите в холодной воде на сутки, периодически меняя воду. В воду добавьте немного соли. Затем грибы подсушите и приступайте к засолке.

Дно бочки или банки посыпьте солью, на нее положите грибы шляпками вниз. Слой грибов не должен быть больше, чем 6 см. Каждый слой пересыпайте солью и перекладывайте укропом и

листьями черной смородины. На 1 кг грибов нужно взять 50 г соли. На 1 кг рыжиков — 40 г соли.

Поверх уложенных слоями грибов положите полотняную салфетку и груз. Когда грибы через пару дней осядут, добавьте новые. После того как бочка или банка наполнится доверху, через 5–6 дней проверьте, появился ли в грибах рассол. Если рассола мало, положите более тяжелый груз.

Для засолки разных видов грибов требуется разное время. В среднем, грибы готовы к употреблению через 40–45 дней. Рыжики можно употреблять в пищу через 6–7 дней, грузди — через 30 дней, валуи — через 50–55 дней, волнушки — через 40–45 дней.

## СОЛЕНЫЕ РЫЖИКИ «ОРАНЖЕВОЕ СОЛНЦЕ»

Свежие рыжики тщательно промойте в холодной воде, очистите и еще раз промойте в холодной воде. Подсушите грибы. Дно глубокой кастрюли посыпьте солью, выложите листьями черной смородины, лавровыми листьями, веточками укропа. Грибы уложите шляпками вниз в кастрюлю в один слой, пересыпьте солью и горошинами черного перца, затем выкладывайте новый слой грибов и т. д. Когда посуда будет заполнена, сверху положите опять листья черной смородины, лавровые листья и укроп, черный перец. Закройте рыжики крышкой(ручкой вниз), сверху поместите груз, например — наполненную водой трехлитровую банку. Через 30–40 дней грибы готовы к употреблению.

Из рыжиков, засоленых этим способом, получаются очень вкусные салаты, заправленные растительным маслом.

Вам потребуется:
рыжики — 5 кг,
соль — 200 г,
лавровый лист — 15–20 шт.,
листья черной смородины — 15 шт.,
черный перец «горошком» — 1 ст. л.,
укроп — 1 большой пучок.

## РЫЖИКИ «ЗАКУСОЧНЫЕ»

Репчатый лук очистите, нарежьте тонкими колечками. Немытые рыжики оботрите сухой тряпочкой, уложите слоями в кастрюлю с высокими краями, пересыпая каждый слой солью, тмином и колечками лука. Сверху накройте чистой салфеткой и деревянным кружком, на который положите груз. Грибы готовы к

употреблению не раньше, чем через 15–20 дней.

Вам потребуется:
рыжики — 5 кг,
соль — 200 г,
репчатый лук — 2 луковицы,
тмин — 1/2 ст. л.

## ОПЯТА «ВЕСЕННИЕ»

Опята очистите, тщательно промойте в холодной воде. Ножки отделите от шляпок и нарежьте толщиной 1–2 см. Отварите грибы в кипящей подсоленой воде около 15 минут. Затем откиньте опята на сито и подсушите. На дно стеклянной банки положите грибы шляпками вниз. Сверху опята посыпьте солью, перцем, семенами укропа, положите несколько веточек укропа и лавровых листьев. Затем снова уложите слой грибов и посыпьте его солью и специями. Таким образом уложите несколько слоев. Накройте грибы салфеткой, положите сверху деревянный кружок, а на него — груз.

Опята будут готовы через 25–30 дней. Готовые опята должны посветлеть.

Вам потребуется:
опята — 3 кг,
соль — 150 г,
черный перец горошком — 1 ст. л.,
семена укропа — 1 ст. л.,
лавровый лист — 20–25 шт.

## СОЛЕНЫЕ ГРУЗДИ «ПРОСТО ОБЪЕДЕНЬЕ»

Очистите грузди, промойте их в холодной воде, положите в большую эмалированную миску и залейте холодной водой. Вымачивайте грузди в течение 3 суток, регулярно меняя воду (не менее 2 раз в день).

После замачивания откиньте грибы на дуршлаг, чтобы стекла вода, и порежьте шляпки крупными кусками, а ножки — более мелкими кусочками. Уложите нарезанные грибы в деревянную бочку. Пересыпьте солью, мелко нарезанным чесноком и специями. Накройте грибы салфеткой, сверху положите деревянный кружок, а на него — гнет. Через 20–30 дней после засолки грибы готовы к употреблению. Перед тем как подать соленые грузди столу, заправьте их растительным маслом.

Вам потребуется:

грузди — 2 кг,
соль — 100 г,
чеснок — 50 г,
черный перец «горошком» — 1/2 ст. л.,
гвоздика — 1/3 ст. л.

## ГОРЯЧИЙ СПОСОБ

Этим способом солят белые грибы, подберезовики и подосиновики (у них отрезают ножки, которые засаливают отдельно), лисички, маслята, опята, валуи. Очищенные грибы отсортируйте по видам. Крупные шляпки грибов разрежьте на 2–3 части. Грибы тщательно промойте в холодной воде, а валуи замочите на 2–3 суток.

Перед засолкой грибы нужно отварить в слегка подсоленной кипящей воде. На 1 л воды нужно взять 2 ст. л. соли. Во время варки грибы нужно помешивать и снимать образующуюся пену. Подосиновики и подберезовики варят 15–20 минут, волнушки и сыроежки — 10–15 минут, а валуи — около 20 минут. Грибы готовы, если они осели на дно, а вода стала прозрачной. Грибы откидывают на сито и подсушивают.

Затем отваренные грибы укладывают в тару слоями, каждый из которых пересыпают солью, перцем, лавровым листом, листьями черной смородины, укропом. Соль берут из расчета: 30 г на 1 кг грибов.

Грибы, уложенные в тару, накрывают салфеткой, деревянным кружком и кладут. Хранят засоленные грибы в прохладном месте. Грибы готовы к употреблению через 20–25 дней.

Засолить грибы горячим способом можно и по-другому.

Подготовленные грибы опускают в воду, когда она закипит, снимают пену и кладут в воду соль и специи. Для 1 кг грибов вам понадобится: 500 мл воды, 2 ст. л. соли, 2–3 лавровых листа, по 3–4 шт. горошин душистого перца и соцветий гвоздики, 1 лист черной смородины, 2 веточки укропа. Когда грибы осядут на дно, их помещают в большую широкую миску и дают остыть.

Затем отварные грибы перекладывают в бочку или стеклянную банку, доливают рассол и закрывают тару крышкой. Соотношение рассола к весу грибов должно быть 1:5.

## СОЛЕНЫЕ ГРУЗДИ «ПО-СЕЛЯНСКИ»

Грузди переберите и замочите в холодной подсоленной воде (1 ст. л. соли на 1 л воды) на 1,5 суток. Затем грибы промойте и опустите в кипящую воду на 5 минут. Отваренные грибы откиньте

на дуршлаг, дайте им остыть и уложите слоями в бочку или банку, пересыпая каждый слой солью, перцем и листьями черной смородины.

Вам потребуется:
грузди — 3 кг,
соль — 150 г,
черный перец «горошком» — 1 ст. л.,
листья черной смородины — 10 шт.

## СЫРОЕЖКИ «ДАРЫ ЛЕСНЫХ ЭЛЬФОВ»

Сыроежки тщательно вымойте в холодной воде, положите в подсоленную кипящую воду и варите 10–15 минут, постоянно снимая пену. Грибы откиньте на дуршлаг и подсушите. Уложите сыроежки на дно банки, которое выстлано листьями хрена. Пересыпьте грибы солью, мелко нарезанным чесноком, перцем, добавьте лавровые листья. Сверху укладывайте новый слой грибов, его также пересыпайте солью, специями и т. д. Сверху положите деревянный кружок, а на него — гнет. Грибы поставьте в прохладное место на 20–30 дней, после чего промойте, нарежьте небольшими кусочками и подавайте заправленными растительным маслом и мелко нарезанным чесноком.

Вам потребуется:
сыроежки — 3 кг,
соль — 150 г,
листья хрена — 1 пучок,
чеснок — 100 г,
перец «горошком» — 1 ст. л.,
лавровый лист — 15 шт.

## СОЛЕНЫЕ БЕЛЫЕ ГРИБЫ «СТАРИЧОК-БОРОВИЧОК»

Белые молодые грибы переберите, промойте холодной водой и опустите в кипяток на 5 минут. Затем откиньте грибы на дуршлаг, промойте холодной водой до полного охлаждения и дайте высохнуть.

В деревянную бочку уложите грибы шляпками вверх, каждый слой пересыпая солью и лавровыми листьями. Когда бочонок наполнится, накройте грибы салфеткой, деревянным кружком и положите сверху гнет(лучше всего хорошо промытый гранитный камень). Через несколько дней добавьте в бочонок еще грибов, залейте остывшим растопленным маслом и вновь положите гнет.

Грибы готовы к употреблению через 20–25 дней. Перед

употреблением грибы следует замочить на несколько часов в холодной воде, а затем отварить или потушить.

Вам потребуется:
белые грибы — 5 кг,
соль — 250 г,
лавровый лист — 15 шт.,
сливочное масло — 100 г.

## ЗАСОЛКА БЕЛЫХ ГРИБОВ «ОСЕННЯЯ»

Промойте свежие белые грибы, уложите их в большую эмалированную кастрлюлю и посолите. Оставьте грибы на сутки, при этом регулярно их помешивайте. Затем слейте образовавшийся сок и процедите его через марлю. Нагрейте сок на медленном огне, но не кипятите, а влейте его снова в грибы. Грибы, периодически помешивая, оставьте еще на сутки и снова слейте сок, нагрейте его и залейте им боровики. На следующий день опять слейте сок и вскипятите его. Горячим соком залейте грибы третий раз и дайте им настояться еще 2 дня. Через 2 дня поставьте кастрюлю с грибами на огонь и доведите их до кипения. Как только грибной сок закипит, снимите кастрюлю с огня и дайте грибам остыть.

Остывшие грибы уложите в тару (деревянный бочонок или стеклянную банку) шляпками вверх и залейте соком. Затем влейте в тару подогретое растительное масло и закройте ее деревянной крышкой.

Для засолки этим способом требуется 7-10 дней. Перед употреблением грибы нужно вымочить в течение нескольких часов в холодной воде, а затем отварить в несоленом кипятке.

Вам потребуется:
белые грибы — 5 кг,
соль — 250 г,
растительное масло — 150 мл.

## СОЛЕНЫЕ ПОДОСИНОВИКИ

Грибы переберите, промойте и опустите в кипящую воду на 20 минут. После этого откиньте подосиновики на дуршлаг, остудите и подсушите. Дно деревянного бочонка или стеклянной банки выложите свежими капустными листьями, уложите грибы шляпками вверх, пересыпьте их солью, красным перцем. Так уложите слоями грибы до самого верха тары. Накройте грибы капустными листьями и закройте тару деревянной крышкой.

Вам потребуется:
подосиновики — 3 кг,
соль — 150 г,
капустные листья — 300 г,
острый красный стручковый перец — 25 г.

## СОЛЕНЫЕ ОПЯТА С ЧЕСНОКОМ

Опята тщательно вымойте в холодной воде, отварите в подсоленной кипящей воде в течение 10–15 минут, постоянно снимая пену. Отварные грибы откиньте на дуршлаг, дайте стечь воде. Уложите опята в бочку или банку, дно которой выстелите листьями хрена. Каждый слой грибов пересыпьте солью, мелко нарезанным чесноком, добавьте специи. На верхний слой грибов положите листья хрена, деревянный кружок, а на него — груз.

Опята будут готовы к употреблению через 20–25 дней.

Вам потребуется:
опята — 5 кг,
соль — 250 г,
листья хрена — 1 пучок,
чеснок — 70 г,
черный перец горошком — 1/2 ст. л.,
душистый перец — 1/2 ст. л.,
дубовые листья — 5–7 шт.,
лавровый лист — 7 шт.,
гвоздика — 1/3 ст. л.

# МАРИНОВАННЫЕ ГРИБЫ

Многие предпочитают соленым грибам маринованные, которые благодаря пряному маринаду имеют особый вкус и аромат. Маринуют почти все съедобные грибы, за исключением млечников, которые имеют едкий вкус, и сыроежек. Для маринования лучше отбирать молодые крепкие грибы, с неповрежденными шляпками не больше 3–5 см в диаметре.

Перед тем как приступать к маринованию, грибы необходимо очистить от земли, сухих веточек и хвои. У маслят нужно удалить кожицу на шляпке, так как при мариновании она дает горечь. В основном для маринования используют шляпки. Если шляпки мелкие, то их маринуют целиком, крупные разрезают на четыре части. Ножки маринуют отдельно.

Если грибов много, то их нужно сортировать по размерам и видам.

Подготовленные грибы несколько раз тщательно промывают в холодной воде и обсушивают. Делать это нужно очень быстро, так как грибы могут потемнеть и утратить вкусовые качества и аромат.

После обработки грибы сначала нужно отварить в соленой воде до тех пор, пока они не осядут на дно посуды. После чего грибы откидывают на дуршлаг или сито, давая стечь воде, укладывают в стерилизованные банки и заливают предварительно приготовленным маринадом.

Маринование может быть холодным и горячим. При холодном мариновании банки не стерилизуют. Самый, пожалуй, распространенный способ холодного маринования, используемый многими, заключается в следующем: в 1 л воды добавляют 3–5 г соли, 10 г уксуса, 0,2 г лимонной кислоты, корицу, лавровый лист, душистый перец горошком и гвоздику. Грибы проваривают в этом маринаде, охлаждают, заливают стеклянные банки и хранят в сухом прохладном месте.

При горячем способе маринования банки тщательно стерилизуют над паром. На 1 кг грибов берут полстакана воды, столько же уксуса и пряности, которые добавляют в кипящую воду после снятия пены. Варят маринад 30 минут, постоянно помешивая, после чего разливают по банкам и закупоривают крышками.

Отварные грибы быстро охлаждают, укладывают в стеклянные банки и заливают маринадом.

Соблюдение некоторых обязательных правил при мариновании поможет вам избежать таких неприятных

сюрпризов, как вспучивание банок, плесневение, закисание и потемнение грибов.

После того как вы разлили маринад, добавьте в каждую банку немного растительного масла. Грибы останутся свежими и не потемнеют.

Храните маринованные грибы в сухом прохладном месте и следите за тем, чтобы они были полностью покрыты маринадом. В случае появления плесени и помутнения маринада, промойте грибы крутым кипятком и залейте свежеприготолвенным маринадом.

Избежать помутнение маринада можно в том случае, если добавить в конце варки грибов (когда они осядут на дно) 100–200 г уксусной эссенции.

При варке грибов перед маринованием очень важно не переварить их или недоварить. Недоваренные грибы, залитые маринадом, впоследствии могут заплесневеть и закиснуть, а переваренные — станут дряблыми и невкусными.

Чтобы маринад был прозрачным, во время варки как можно чаще снимайте с поверхности пену.

Кладите пряности в маринад тогда, когда он окончательно очищен от пены.

Чтобы грибы при варке не потемнели, добавьте в кипящую воду немного лимонной кислоты в порошке (на кончике ножа).

После того как вы усвоите эти премудрости, можете не опасаться, что ваши труды будут напрасны.

У каждой хозяйки, несомненно, есть свои проверенные рецепты маринования грибов. Кто-то готовит отдельный маринад и заливает им грибы, кому-то больше нравится добавлять специи в воду, в которой варятся грибы. Но так или иначе, предлагаемые нами способы маринования не только пополнят вашу коллекцию рецептов, но и с их помощью вы сможете усовершенствовать свои кулинарные способности.

## «БАБУШКИН СЕКРЕТ»

Свежие грибы небольшого размера перебирите и тщательно промойте в холодной воде. В кипящую воду добавьте соль и грибы, варите 20 минут на слабом огне. Затем осторожно выберите грибы шумовкой и промойте холодной водой.

Для маринада вскипятите воду с уксусом, добавьте соль, сахар, перец, лавровый лист, корицу, гвоздику. Как только маринад закипит, выложите в него грибы и варите до тех пор, пока они не станут мягкими. Затем маринад охладите, переложите в стеклянные банки, залейте тонким слоем

растительного масла.

Вам потребуется:
грибы — 5 кг,
вода — 3 л,
соль — 50 г,
Для маринада:
столовый уксус — 2 стакана
соль — 30 г,
сахар — 3–5 ч. л.,
душистый перец — 5 горошин,
лавровый лист — 3–5 шт.,
гвоздика — 3–5 шт.

## ГРИБЫ «ПРОСТЫЕ»

Грибы отсортируйте. Очистите от травы и веточек. Тщательно промойте в холодной воде. Крупные грибы нарежьте небольшими кубиками, маленькие оставьте целиком. Отварите грибы в подсоленной воде 25–30 минут, считая с момента закипания. Отдельно приготовьте маринад, прокипятив воду с пряностями в течение 20–25 минут. Затем слейте воду, в которой варились грибы, залейте маринадом и варите в течение 40 минут. Затем маринад перелейте в другую посуду, а грибы уложите в предварительно стерилизованную банку, залейте кипящим маринадом и плотно закупорьте крышкой.

Вам потребуется:
грибы — 2–3 кг,
соль — 200 г.,
Для маринада:
соль — 300 г,
уксусная эссенция — 20–30 г,
лавровый лист — 20 шт.,
черный душистый перец — 10 горошин.

## «ЩЕДРЫЙ ДАР ЛЕСА»

Лисички переберите, очистите, тщательно вымойте в холодной воде и разрежьте каждый гриб на две половинки. Подготовленные лисички отварите в слабом растворе уксуса с солью, постоянно помешивая и снимая пену. Когда грибы осядут на дно кастрюли, слейте воду и откиньте грибы на сито. Переложите в банки, залейте кипящим маринадом и закупорьте крышкой.

Вам потребуется:

лисички — 1 кг,
вода — 2 л,
уксусная эссенция — 4 ст. л.,
соль по вкусу.
Для маринада:
вода — 1 л,
столовый уксус — 1 стакан
сахар — 2 ч. л.,
соль — 3–4 ч. л.,
лавровый лист — 3–5 шт.,
душистый перец — 5–6 горошин,
гвоздика — 3 шт.,
корица — 1–1,5 ч. л. корицы.

## «БЛАГОРОДНАЯ ЗАКУСКА»

Обработанные грибы залейте холодной водой, добавьте уксусную эссенцию, соль, мелко нарезанный чеснок. Варите 20 минут. Затем откиньте грибы на дуршлаг, чтобы стекла вода. Охлажденные грибы уложите в предварительно постерилизованные стеклянные банки и залейте маринадом заливкой.

Вам потребуется:
белые грибы — 5– 10 кг,
вода — 3–5 л,
уксусная эссенция — 30 г,
соль — 180 г,
чеснок — 100 г.
Для маринадной заливки:
вода — 1,5–2 л,
соль — 300 г,
уксусная эссенция — 50 г,
лавровый лист — 15 шт.,
корица — 1,5 г,
перец душистый — 10 горошин,
гвоздика — 20 шт.

## РЫЖИКИ «ХРУСТЯЩИЕ»

Промытые и очищенные грибы бланшируйте в кипящей воде 3 минуты, затем поместите в холодную воду до остывания и уложите слоями в бочку или кадку, добавив пряности и соль. Через 15 дней грибы промойте в холодной воде, уложите в банки и залейте маринадом.

Вам потребуется:
рыжики — 10 кг,
соль — 200 г,
сухой укроп — 80 г,
душистый перец — 10 горошин.
Для маринада:
вода — 2 л,
уксусная эссенция — 50 г,
лавровый лист — 5-10 шт.,
гвоздика — 20 шт.

## «ЗАПАСЛИВАЯ ХОЗЯЙКА»

Грибы очистите и промойте несколько раз в холодной воде. Крупные грибы разрежьте напополам. Репчатый лук очистите, нарежьте колечками, смешайте с грибами и растительным маслом. Выложите грибы в подготовленные, обработанные паром банки и залейте горячим маринадом. Стерилизуйте банки 20 мин при температуре не ниже 100 градусов. После стерилизации банки охладите.

Вам потребуется:
грибы — 10–15 кг,
репчатый лук — 1 кг,
растительное масло — 300 г.
Для маринада:
вода — 5 л,
соль — 150 г,
столовый уксус — 50 г,
корица — 10 г,
лавровый лист — 5 шт.

## ГРИБЫ «ДУШИСТЫЕ»

У свежих шампиньонов обрежьте ножки, тщательно несколько раз промойте холодной водой. Шляпки погрузите на 2–3 минуты в кипящую воду, отбросьте на дуршлаг и промойте холодной водой. Вскипятите в кастрюле воду, посолите и выложите подготовленные грибы. Когда грибы опустятся на дно, а рассол станет чистым, добавьте в него уксус, лавровый лист, перец и гвоздику. Прокипятите 10–15 минут и разлейте вместе с грибами по банкам.

Вам потребуется:
свежие шампиньоны — 2–3 кг,
соль — 1–2 ст. л.,

вода — 3–5 л,
уксус — 2 ст. л.,
лавровый лист — 3 шт.,
душистый перец — 5 горошин,
гвоздика — 3 шт.

## МАСЛЯТА «ЧЕСНОЧНЫЕ»

Очищенные и промытые маслята опустите на 2–3 минуты в кипящую подсоленную воду, затем отбросьте на дуршлаг и промойте холодной водой. После обработки отделите пленочки со шляпок. Отдельно приготовьте маринад. Воду доведите до кипения, добавьте соль, выложите грибы и варите на слабом огне. В конце варки добавьте душистый перец, 8 %-ный уксус, сахар. Проварите грибы в маринаде 15 минут. Затем грибы осторожно выньте из маринада шумовкой и охладите. Маринад процедите несколько раз. Банки простерилизуйте над паром в течение 5-10 минут, добавьте в каждую нарезанный чеснок, выложите грибы и залейте маринадом.

Вам потребуется:
мелкие маслята — 1–2 кг,
уксусная эссенция — 1/3 ст.,
вода — 1/2 ст.,
соль — 1 ст. л.,
сахар — 2 ч. л.,
душистый перец — 5 горошин,
чеснок — 3 головки.

## «ХОЗЯИН ЛЕСА»

Вымоченные в воде грузди бланшируйте в кипящей воде в течение 3 минут. Затем остудите и нарежьте кусочками средней величины. Уложите грибы слоями в стеклянную банку или бочку, добавьте соль и пряности, воды добавлять не нужно, так как грибы сами дадут сок. После такой предварительной засолки (20 дней) грибы промойте в холодной воде и залейте маринадом.

Вам потребуется:
грузди — 10 кг
соль — 500 г,
Для маринада:
вода — 2–2,5 л,
уксусная эссенция — 50 г,
лавровый лист — 10 шт.,
перец душистый — 15–20 горошин,

гвоздика — 10 шт.

## МАРИНОВАННЫЕ ВАЛУИ

Ощищенные и промытые в холодной воде валуи отварите в подсоленой воде в течение 25 минут, считая с момента закипания. Воду слейте, а грибы погрузите в холодную воду для остывания. Приготовьте маринад. В кипящую воду добавьте соль, уксусную кислоту, мелко нарезанный чеснок, душистый перец, лавровый лист, смородиновые листья, проварите маринад 15 минут на слабом огне под закрытой крышкой. Уложите грибы в банку слоями и залейте горячим маринадом.

Вам потребуется:
валуи — 10 кг,
соль — 2–3 ст. л.,
Для маринада:
соль — 300 г,
уксусная эссенция — 30–50 г,
лавровый лист — 15 шт.,
мелко нарезанный чеснок — 3 ст. л.,
смородиновые листья — 10 шт.,
душистый перец — 20 горошин.

## «ДРУЖНЫЕ СОСЕДИ»

Подберезовики, подосиновики и лисички тщательно переберите, вымойте в холодной воде. Перед варкой залейте грибы крутым кипятком на 10 минут. Затем откиньте на дуршлаг, остудите и промойте в подкисленной уксусом холодной воде. Приготовьте маринад. Воду вскипятите, добавьте уксусную эссенцию, соль, душистый перец, нарезанную кружочками морковь и лавровый лист. Прокипятите заливку в течение 20 минут. Охлажденные грибы нарежьте кубиками, уложите в стерлизованные банки и залейте готовым маринадом.

Вам потребуется:
подосиновики — 2 кг,
подберезовики — 3 кг,
лисички — 2 кг,
Для маринада:
уксусная эссенция — 30 г,
вода — 5 л.,
соль — 400 г,
душистый перец — 10 горошин,
средней величины морковь — 3 шт.,

лавровый лист — 3 шт.

# КОНСЕРВИРОВАНИЕ ГРИБОВ

Для приготовления грибных консервов используют белые грибы, шампиньоны, трюфели, сморчки, рыжики, строчки, подосиновики и др.

Для консервирования подходят только свежие молодые грибы с небольшими шляпками. В консервировании применяют в основном шляпки грибов или шляпки с ножками длиной не более 1,5 см.

Свежие грибы, отобранные для консервирования, очищают от листьев и снимают с них верхнюю кожицу. Затем грибы замачивают в холодной воде на 5-10 минут. Рыжики можно не замачивать, а только тщательно протереть влажной салфеткой.

Промытые и вымоченные грибы перед консервированием опускают в кипящую воду на 7-10 минут. В воду добавляют немного соли и лимонной кислоты или уксуса. На 1 л воды нужно брать около 1/3 ч. л. соли и лимонной кислоты на кончике ножа. Если добавляют уксус, то его берут всего несколько капель.

Отваром, оставшимся после варки грибов, заливают грибы, уложенные в банки. Отвар сморчков и строчков для заливки не используют, так как в нем содержатся ядовитые вещества. Эти грибы заливают соленой кипяченой водой.

После того, как грибы уложены в банки и залиты отваром или рассолом, банки стерилизуют в кипящей воде, закатывают и охлаждают.

## ГРИБЫ «АРОМАТ ЛЕСА»

К консервированию грибы готовят так же, как для засолки или маринования. Грибы перебирают, сортируют и тщательно промывают холодной водой.

Затем грибы, предназначенные для консервирования, отваривают до готовности в подсоленной воде. Время варки зависит от вида и размера грибов. Крупные грибы варят на 5-10 минут дольше, чем мелкие.

Отваренные грибы укладывают в горячие, хорошо промытые банки, добавляют 5 %-ный уксус и кипяченую воду. На банку емкостью 500 мл берут 100 мл воды и 1/2 ст. л. уксуса.

Грибы укладывают в банки до «плечиков», банки, накрыв жестяными крышками, ставят в большую кастрюлю с горячей водой прогреваться. Банки емкостью 500 мл прогревают около 15 минут, а литровые банки — около 30 минут.

После прогревания банки закрывают крышками и ставят в

теплое место (или накрывают теплым одеялом) на 2 часа.

Перед употреблением грибы из банки откидывают на дуршлаг, дают стечь жидкости и затем обжаривают на растительном масле или животном жире. После обжаривания грибы можно потушить, как отдельно, так и с овощами: морковью, капустой, луком и т. д.

## КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ГРИБНОЙ СУП «ЗИМНИЙ ОБЕД»

Грибы очистите, отрежьте шляпки от ножек, промойте в холодной воде. Морковь и корень сельдерея также промойте. В кипящую воду опустите грибы, морковь и сельдерей и проварите на медленном огне около 30 минут. Отварные грибы и овощи уложите на дуршлаг охлаждаться, а их отвар процедите через марлю и прокипятите его, посолив, в течение 15–20 минут в кастрюле без крышки. Остывшие морковь и сельдерей натрите на крупной терке. Помидоры промойте и нарежьте на небольшие дольки.

На дно промытых горячей водой банок уложите зелень, лук, чеснок, пряности, смесь грибов, моркови, помидоров и сельдерея, залейте все отваром и, накрыв крышками, поставьте банки прогреваться на водяной бане. Пол-литровые банки должны прогреваться не менее 15 минут, а литровые — не менее 25 минут.

Прогретые банки закройте крышками и поставьте охлаждаться. Хранить консервированный грибной суп нужно в прохладном помещении.

Для приготовления супа из консерванта вылейте содержимое полулитровой банки в литр кипящей воды, добавьте 2–3 ст. л. растительного масла, немного обжаренных лука и моркови и варите около 6 минут. Подавайте суп со сметаной.

На 1 банку емкостью 500 мл вам потребуется:
белые грибы — 300 г,
соль — 1/2 ст. л.,
морковь — 2 шт.(средней величины),
корень сельдерея (средней величины) — 1 шт.,
помидоры — 2–3 шт.,
лук репчатый — 1 шт.,
чеснок — 1–2 зубчика,
измельченная зелень киндзы и петрушки — 1 ст. л.,
черный перец «горошком» — 3–4 шт.,
гвоздика — 1–2 шт.,
тмин — 4–5 зернышек,
лавровый лист — 1–2 шт.

## КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ЖАРЕННЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

Шампиньоны переберите, промойте. Крупные грибы разрежьте на 2–3 части. Обжарьте грибы на растительном масле, посолите их. Жарят грибы до тех пор, пока из них не выйдет сок.

Жаренные шампиньоны уложите в подготовленные банки, залейте их соком и поставьте банки стерилизоваться на 15 минут. Затем банки закатайте крышками и поставьте охлаждаться. Грибы, законсервированные таким способом, готовы к употреблению сразу же после вскрытия банки.

На 1-литровую банку вам потребуется:
шампиньоны — 800 г,
растительное масло — 2 ст. л.,
соль — 1/3 ст. л.,

## КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ГРИБНОЙ СОУС

Грибы очистите и промойте в холодной воде. Для приготовления соуса используют только грибные шляпки. Шляпки грибов замачивают в холодной соленой воде в течение 2 суток. На 500 мл воды используйте 1/2 ст. л. соли. После замачивания грибы пересыпьте в широкую миску и положите сверху тяжелый груз. Оставьте грибы под прессом на несколько часов, пока не выйдет сок. Полученный сок прокипятите с луковицей около 30 минут на медленном огне. Затем сок влейте в банку, простерилизуйте в течение 10–15 минут и закатайте.

Вам потребуется:
белые грибы — 5 кг,
репчатый лук — 1 шт.,

## КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ЛИСИЧКИ

Лисички переберите, очистите от сухих веточек и травы, тщательно промойте в холодной воде, откиньте на дуршлаг и подсушите.

Затем грибы мелко нарежьте и обжарьте в сильно разогретом растительном масле. Переложите в отдельную посуду и охладите. Морковь отварите и очистите от кожицы.

Остывшие грибы уложите в банки слоями, перекладывая каждый из них мелко нарезанной зеленью укропа, кружочками отварной моркови, листьями вишни. В оставшееся после обжарки грибов масло добавьте уксус, соль и сахар. Доведите эту смесь до кипения, снимите с огня, охладите и залейте ею грибы.

Банки закройте крышками и храните в прохладном месте:

погребе или холодильнике.

Вам понадобится:
лисички — 5 кг,
растительное масло — 4 л,
уксус — 5 ст. л.,
укроп — 1 пучок,
морковь — 300 г,
листья вишни — 4–5 шт.,
сахар, соль по вкусу

## КОНСЕРВИРОВАННЫЕ МАРИНОВАННЫЕ ГРИБЫ

Консервы из маринованных грибов отличаются прекрасными вкусовыми качествами и длительностью хранения. Консервировать путем стерилизации можно маринованные белые грибы, опята, шампиньоны, грузди, сыроежки и др.

Свежие грибы перебирают, очищают и укладывают в большую кастрюлю. Затем грибы заливают водой, в которую добавляют уксус, соль и лимонную кислоту. На 5 кг грибов нужно взять 1 л воды, 200 мл 6 %-ного уксуса, 2 г лимонной кислоты и 150 г соли.

Кастрюлю с грибами ставят на огонь. Когда вода закипит, шумовкой необходимо снять появившуюся пену. После этого вам нужно добавить лавровый лист, перец, тмин, сахар. На 1 л воды берут: лавровый лист — 2–3 шт., черный перец горошком — 1 ч. л., тмина -1/2 ч. л., 1 ч. л. сахара.

Длительность варки грибов зависит от их размера и вида. Большинство грибов, например, шампиньоны, сыроежки, опята, нужно варить около 20 минут; белые грибы, маслята, подберезовики — около 10 минут.

Готовые грибы оседают на дно, а маринад становится прозрачным. Очень важно не переварить грибы, так так в противном случае они станут размягченными, потемнеют и потеряют форму. Недоваренные грибы после закатки начнут бродить, выделять сок, что может привести к тому, что консервы испортятся.

Отваренные грибы укладывают в хорошо промытые и подсушенные банки, заливают горячим маринадом. Банки с грибами стерилизуют в кипящей воде около получаса. Затем их закатывают крышками и охлаждают. Очень важно как можно быстрее охладить банки, так как от этого будет зависеть длительность хранения консервированных грибов. Хранить консервированные маринованные грибы можно при комнатной температуре, а после вскрытия банки — в холодильнике.

## КОНСЕРВИРОВАННЫЙ САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ И ЛИСИЧЕК

Грибы очистите, промойте в холодной воде. Опустите грибы в подсоленную кипящую воду и проварите около 20 минут. Лук очистите и нарежьте тонкими колечками. Отваренные грибы откиньте на дуршлаг, дайте стечь воде и остудите грибы. В большой кастрюле или миске смешайте грибы с луком и растительным маслом. Приготовьте маринад: для этого в кипящую воду добавьте уксус, лимонную кислоту, сахар, пряности и проварите все это около 15 минут на медленном огне.

Грибы, смешанные с луком и растительным маслом, уложите в банки, залейте горячим маринадом и простерилизуйте около 30 минут при температуре 100 градусов. Затем закупорьте банки и поставьте их охлаждаться.

Этим способом можно консервировать салаты не только из шампиньонов и лисичек, но и из многих других грибов, например: белых, опенков, подосиновиков, маслят.

Вам потребуется:
шампиньоны — 5 кг,
лисички — 5 кг,
соль — 100 г,
репчатый лук — 500 г,
растительное масло — 1 л.
Для маринада:
вода — 5 л,
6%-ный уксус — 2 ст. л.,
лимонная кислота — 1 ч. л.,
сахар — 1/2-1 ст. л.,
лавровый лист — 4–5 шт.,
черный перец горошком — 1 ст. л.,
гвоздика — 1/3 ст. л.,
бадьян — 1/3 ст. л.

## КОНСЕРВИРОВАННЫЕ МАРИНОВАННЫЕ ОПЯТА

Опята очистите и промойте несколько раз в холодной воде. Крупные грибы разрежьте на 2–3 части. Отварите опята в кипящей соленой воде в течение 15–20 минут.

Репчатый лук очистите, нарежьте тонкими полукольцами и смешайте с грибами, растительным маслом и уложите в банки.

Приготовьте маринад: для чего вскипятите воду и добавьте в нее уксус, лимонную кислоту, лавровый лист, корицу, семена укропа, сахар и проварите все на медленном огне около 10

минут.

Залейте маринадом грибы в банках. Стерилизуйте банки 30 минут при температуре не ниже 100 градусов. После стерилизации банки нужно быстро охладить.

Вам потребуется:
опята — 10 кг,
репчатый лук — 500 г,
растительное масло — 1 л.,
Для маринада:
вода — 1 1/2 л,
уксус — 300 г,
лимонная кислота — 1/2 ст. л.,
корица — 1 ч. л.,
семена укропа — 1/3 ст. л.,
лавровый лист — 6–7 шт.
сахар по вкусу
соль — 2 ст. л.

## КОНСЕРВИРОВАННАЯ ИКРА ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ, ШАМПИНЬОНОВ И РЫЖИКОВ

Репчатый лук очистите от шелухи и мелко нарежьте. Грибы тщательно промойте в холодной воде, срежьте темные и поврежденные участки и нарежьте небольшими кусочками. Отварите грибы в кипящей подсоленной воде в течение 20–25 минут, затем откиньте их на дуршлаг и остудите.

Пропустите грибы через мясорубку. Смешайте грибную массу с луком, процеженным бульоном, растительным маслом, солью и специями. Полученную смесь прогрейте в кастрюле, доведите до кипения и выложите в банки. Простерилизуйте банки в течение 60 минут. После стерилизации охладите грибы и через два дня простерилизуйте грибы снова в течение 60 минут.

Готовую игру можно использовать в качестве начинки для пирогов, основы для приготовления супов и соусов.

Вам потребуется:
белые грибы — 2 кг,
шампиньоны — 3 кг,
рыжики — 2 кг,
репчатый лук — 700 г,
куриный бульон — 350 мл,
соль — 50–70 г,
черный перец горошком — 1 ст. л.,
лавровый лист — 5–6 шт.,
растительное масло — 100 мл.

## СТЕРИЛИЗОВАННЫЕ ГРИБЫ В ТОМАТЕ

Отберите молодые и крепкие грибы, потушите до мягкости в растительном масле с мелко нарезанным луком. Томатный сок прокипятите, добавьте сахар и соль. Выложите в горячий сок тушеные грибы, тщательно все перемешайте и разлейте по банкам.

Вам потребуется:
свежие грибы — 500 г,
томатный сок — 400 г,
растительное масло — 3 ст. л.,
соль — 7– 10 г,
сахар — 100 г.

## БЕЛЫЕ ГРИБЫ В МАСЛЕ

Переберите грибы, очистите их и обжарьте в масле до полуготовности небольшими порциями. Уложите обжаренные грибы в банки, залейте маслом, на котором вы их обжаривали, и закройте банки крышками. Хранить грибы, приготовленные таким способом, нужно в холодильнике. При приготовлении блюд грибы обжаривают до готовности в том же масле, которым они залиты.

Вам потребуется:
белые грибы — 3 кг,
растительное масло — 3 л.

## КОНСЕРВИРОВАНИЕ СОЛЕНЫХ ГРИБОВ

Консервировать можно не только свежие или маринованные грибы, но и соленые. Некоторые грибы, такие, как грузди, волнушки, валуи и др., консервировать в свежем виде нельзя, так как они выделяют горький сок, поэтому их предварительно вымачивают в холодной воде, засаливают, а после этого консервируют.

Консервирование соленых грибов имеет неоспоримые преимущества. Во-первых, благодаря консервированию грибы приобретают значительно больший срок хранения. Во-вторых, консервированные соленые грибы можно хранить при более высокой температуре и влажности, чем неконсервированные.

## КОНСЕРВИРОВАННЫЕ СОЛЕНЫЕ ВОЛНУШКИ

Грибы промойте, очистите и опустите в кипящую подсоленную воду. Бланшируйте волнушки в течение 10 минут,

постоянно снимая шумовкой образующуюся пену. После бланширования грибы откиньте на дуршлаг и дайте стечь воде.

На дно деревянной бочки или стеклянной банки уложите капустные листья, выложите слоями волнушки шляпками вниз. Каждый слой грибов пересыпайте солью, листьями черной смородины и пряностями. Сверху грибы накройте капустными листьями, деревянным кружком и положите гнет. Через 20–25 дней, когда волнушки просолятся, приступайте к их консервированию.

Вскипятите воду, добавьте в нее соль и тщательно размешайте, до полного ее растворения. На 1 л воды нужно брать 30 г соли.

Грибы уложите в банки, залейте их рассолом. В каждую банку емкостью 500 мл добавьте по 1 ложке 6 %-ного уксуса. Стерилизуйте банки около 25 минут, а затем быстро охладите.

Вам потребуется:
волнушки — 5 кг,
соль — 250 г,
капустные листья — 100 г,
листья черной смородины — 6–8 шт.,
черный перец горошком — 1 ст. л.,
гвоздика — 1/3 ст. л.,
эстрагон (молотый) — 1/3 ст. л.
Для маринада:
вода — 3 л,
уксус — 8 ст. л.,
соль — 90 г.

# КВАШЕНИЕ ГРИБОВ

Этим способом пользуются для хранения белых грибов, подберезовиков, подосиновиков, песочников и др. Для квашения подходят молодые мясистые грибы.

На 10 кг свежих грибов вам понадобится: по 200 г листьев черной смородины, вишни, лаврового листа, 100 г сушеного укропа, корень хрена, 6–8 зубчиков чеснока, 400 г соли, 4 ст. л. сахара, 1 стакан кефира или молочной сыворотки.

Молочную сыворотку используют для ускорения процесса брожения.

Подготовьте грибы так же, как и для засолки: переберите, очистите, промойте. Замочите грибы в холодной воде на 5–6 часов. Млечники нужно вымачивать 2 суток, регулярно меняя воду. Вымоченные грибы тщательно промойте и, откинув на дуршлаг, подсушите.

В деревянный бочонок или стеклянную банку выложите грибы. Каждый слой грибов пересыпайте солью и пряностями и поливайте небольшим количеством кефира или сыворотки. Когда тара заполнится, накройте грибы салфеткой, деревянным кружком, на который поместите гнет. Появляющуюся на кружке плесень нужно удалять, меняя салфетку и моя кружок в горячей воде.

Через 1,5–2 месяца грибы готовы к употреблению. Для более длительного хранения квашенных грибов их рекомендуется простерилизовать и закатать.

Заквасить грибы можно и по-другому. Используйте те же продукты и в таких же пропорциях, как и в первом рецепте, только, после того как слоями уложите грибы в тару, залейте их рассолом. Для приготовления рассола вам потребуется: на 1 л воды 1,5–2 ст. л. соли и 1/2 ст.л. сахара.

Залив грибы рассолом, накройте их деревянным кружком и храните 2 недели при комнатной температуре, а затем перенесите их в прохладное помещение. Грибы, заквашенные таким способом, готовы к употреблению через 35–40 дней. Перед употреблением грибы следует вымочить в холодной воде, а затем поджарить или потушить.

# БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫЕ ГРИБЫ

В последнее время стал очень популярным новый способ консервирования грибов — замораживание. Грибы, заготовленные таким способом, отлично сохраняются и не теряют своих питательных веществ и вкусовых качеств. Из замороженных грибов можно приготовить массу всевозможных блюд: супов, щей, начинку для пирогов.

Для замораживания годятся почти все съедобные грибы, но для заготовки их таким способом, лучше использовать молодые и крепкие грибы. Замораживать грибы можно как и целиком, так и нарезанными кусочками, а также с добавлением специй.

Замораживают грибы, как правило, в полиэтиленовых пакетах или пластиковых коробочках. Можно также заморозить грибы в жареном или тушеном виде, а также маринованном, только перед тем, как поместить их в морозильную камеру, необходимо тщательно промыть холодной водой с добавлением уксуса.

Замороженные грибы при температуре 20 градусов хранятся от года до полутора лет, жареные и тушеные — 3–4 месяца. Размораживают грибы при комнатной температуре, и ни в коем случае в горячей воде!

# СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫЕ ГРИБЫ

## 1 СПОСОБ

Свежие грибы тщательно очистите от лесного мусора: веточек, земли, листьев, вымойте несколько раз в холодной воде с добавлением лимонного сока или уксусной эссенции, обсушите салфеткой. Затем грибы выложите в сухой, чистый полиэтиленовый пакет, завяжите его резинкой и поместите в морозильную камеру.

Если вы используете пластиковые коробочки, то предварительно вымойте их горячей водой с мылом и подержите над паром 1–2 минуты.

Вам потребуется:
свежие грибы — 3–5 кг,
лимонный сок или уксусная эссенция — 1 ст. л.

## 2 СПОСОБ

Обработанные и промытые свежие грибы обсушите на полотенце, сбрызните лимонным соком и поместите в сухой полиэтиленовый мешочек.

Вам потребуется:
свежие грибы — 1 кг,
лимонный сок — 1/2 ст. л.

## 3 СПОСОБ

Свежие очищенные и промытые в холодной воде грибы обсушите, нарежьте кубиками средней величины. Зелень петрушки и укропа мелко нарежьте, смешайте с размолотым душистым перцем и грибами. Поместите в пластиковую коробочку. Храните в морозильной камере при температуре 18–20 градусов.

Вам потребуется:
свежие грибы — 3 кг,
зелень петрушки и укропа — 3–5 ст. л.,
молотый душистый перец — 1/2 ч. л.

## 4 СПОСОБ

Мелкие грибы несколько раз тщательно вымойте в холодной

воде, смешайте с мелко нарезанным чесноком, выложите в полиэтиленовый мешочек или пластиковую коробочку и поместите в морозильную камеру.

Вам потребуется:

мелкие грибы (опята, маслята) — 1 кг,

мелко нарезанный чеснок — 3 головки.

# ЗАМОРОЖЕННЫЕ ЖАРЕНЫЕ ГРИБЫ

Свежие молодые маслята вымойте, обсушите, смешайте с солью и жарьте на растительном масле 20 минут, часто помешивая. Затем снимите с огня, остудите, выложите в чистую стеклянную банку или небольшую эмалированную кастрюльку и поместите в морозильную камеру. Размороженные жареные грибы можно подать с подливкой. Для этого очистите лук и мелко нарежьте. Очищенную морковь нарежьте соломкой. Разогрейте на сковороде растительное масло, обжарьте лук и морковь. Когда лук станет золотистого цвета, добавьте сметану, посолите и потушите коренья 10 минут под закрытой крышкой на слабом огне. Готовой подливкой залейте размороженные грибы. Подавайте с гарниром.

Вам потребуется:
свежие грибы — 3 кг,
репчатый лук — 2 шт.,
средней величины морковь — 3 шт.,
растительное масло — 3–5 ст. л.,
сметана — 1–1,5 ст.,
соль по вкусу.

# ЗАМОРОЖЕННЫЕ ТУШЕНЫЕ ГРИБЫ

Свежие грибы очистите, промойте в холодной воде и мелко нарежьте. Разогрейте на сковороде растительное масло, выложите грибы и тушите на слабом огне 20 минут. Затем влейте белое вино, добавьте соль, мелко нарезанную зелень петрушки, молотый черный перец, гвоздику и тушите до тех пор, пока грибы не станут мягкими. Готовые грибы остудите, выложите в полиэтиленовый мешочек или пластиковую коробочку и заморозьте. Тушеные замороженные грибы используют для приготовления как первых, так и вторых блюд.

Вам потребуется:
свежие грибы — 1 кг,
растительное масло — 2–3 ст. л.,
белое вино — 1/2 ст.,
соль, молотый черный перец по вкусу,
зелень петрушки — 1/2 ст. л.,
гвоздика — 1/3 ч. л.

# ГЛАВА IV ОХОТНИЧЬИ РАССКАЗЫ

# СОВЕТЫ НАЧИНАЮЩЕМУ ОХОТНИКУ

Если вы хоть раз ходили на охоту, то, наверное, навсегда запомнили запах дикого леса, шелест травы под ногами и шум ветра в кронах деревьев. Может быть, вы не добыли крупных трофеев и вообще не выпустили ни одного заряда, но ощущение первозданной свободы уже успело поселиться в вашей душе, и вас опять зовет в лес утренняя зорька.

Охотники всегда прятали свои тайны за семью замками. Хороший охотник — это не только бьющий без промаха стрелок, но и следопыт, и лесник — то есть человек, чувствующий себя в лесу, как дома.

Опытные охотники уже не ходят по лесу наугад, они знают, где живет непуганное зверье и знают, когда можно начинать отстрел добычи.

Никто из настоящих охотников не оставляет за собой следов; двигаясь по их маршруту, вы не обнаружите того, что впереди вас только что прошел человек, тогда как сами просто возвещаете всему лесу о своем присутствии.

Хруст ломающихся веток, примятая неуклюжими шагами трава и не до конца затушенный костер — вот лишь несколько из многих десятков признаков неопытного новичка в лесу. Между тем, лес чутко откликается на присутствие в нем чужака, ни один ваш шаг не останется незамеченным среди животных и птиц, так что не стоит удивляться, если вы не повстречали на своем пути подходящую дичь.

Впрочем, прежде чем идти выбирать ружье, надо изучить хотя бы элементарные охотничьи правила, в противном случае, самая дорогая двустволка понадобится вам разве что для того, чтобы сшибать прикладом сосновые шишки.

Настоящий охотник всегда немного индеец — он, как персонаж Фенимора Купера, двигается по лесу подобно тени, не оставляя следов и не нанося никакого вреда лесному царству. Если вы подозреваете, что можете заблудиться, то лучше запаситесь компасом и подробной картой данной местности, иначе вам придется громко стучать топором, оставляя зарубки на деревьях.

На привале всегда приятно развести костер, но многие из нас без внимания относятся к тому, насколько старательно затушен костер перед тем, как тронуться в путь. Тлеющие под слоем золы угли способны быстро разгореться от дуновения ветерка, и тогда лесной пожар — вполне реальная перспектива.

А мудрые звери уже не так доверчиво садятся на мушку —

хорошо, если вы, проплутав пару дней по лесу, подстрелите хотя бы тощего зайца. К сожалению, таковы реалии наших дней и нынешнюю охоту нельзя даже сравнить с той, которой баловались наши деды.

Прекрасна охота по первой пороше, когда уходящая осень делает прозрачными лес и небо, а на тонком слое снега отчетливо видны цепочки следов.

В такое время в лесу часто можно повстречать кабана или зайца, которые заняты поисками места для выведения потомства.

Группа из нескольких человек проходит вокруг небольшой рощицы, высматривая на снегу свежие следы кабана. Если в округе следов не находится, то все охотники знают, что зверь затаился в глубине леса.

Окружив рощу, люди начинают громко кричать и свистеть, пытаясь разозлить зверя и выгнать на открытое место. Как правило, охотники движутся парами, один позади другого, чтобы подстраховать находящегося впереди товарища в случае промаха или осечки.

Кабан, если он ранен — это смертельная опасность для охотника, совершившего неверный выстрел, поэтому идущий сзади напарник не должен допустить промаха со своей стороны, иначе за исход поединка не поручится никто.

Сильный, разъяренный зверь в несколько минут подроет дерево, на котором будет пытаться спастись невезучий стрелок; его единственное спасение — меткий выстрел товарища.

Встреча с зайцем требует молниеносной реакции и точного прицела, ведь длинноухий бегун движется по полю, подобно ласточке в небе, постоянно меняя направление и совершая огромные прыжки.

В одно мгновение он окажется вне досягаемости выстрела, так что если вы все-таки вспугнули зайца, то вам на осмысление ситуации и прицеливание отпущено всего несколько секунд.

Не удивляйтесь, когда на запорошенном снегом поле вашему взору предстанут множество переплетающихся заячьих тропинок — оставленный зайцем след не приведет вас никуда, кроме как на прежнее место, а вы будьте уверены в том, что все местные звери уже знают о вашем визите и постараются не попадаться на вашем пути.

Заячья охота вообще исключительно занятная вещь — подстрелить зайца так же почетно, как и уложить с одного выстрела крупного зверя.

Этот хитрец обладает великолепным слухом и обнаруживает присутствие охотника еще задолго до того, как сам охотник подумает о том, что может кого-то встретить в этом лесу.

Уложить зайца возможно лишь с одного выстрела, стрелять второй раз будет уже не в кого — заяц исчезнет, как привидение.

Иногда зайцев отстреливают по ночам, поймав их в луч прожектора, — яркий свет парализует зайца, и он становится прекрасной мишенью для ночного охотника.

Зимний лес — это целая книга, в которой бывалые охотники читают канву лесных событий. Каждый след для них — история звериной жизни, возможность отыскать лежку или звериную нору. Неопытный новичок вполне способен спутать свои собственные следы со следами какого-нибудь животного, тогда как охотник со стажем может различать след одного и того же зверя, оставленный им в разное время.

У животных прекрасно развита система оповещения об опасности — все охотники знают, что стрекот сороки предвещает неудачную охоту.

Услышав его в начале пути по лесу, можно смело возвращаться в лагерь — все звери уже давно попрятались, и отыскать добычу в этом случае достаточно сложно. Эту пернатую вещунью можно лишь обойти длинной обходной дорогой, но заметить ее среди ветвей в состоянии только очень опытный охотник.

По этой причине первая ваша охота должна проходить под руководством охотника-наставника, который поможет вам в ваших прогулках по лесу и вы, возможно, вернетесь назад с добычей.

Летом в лесу вы можете повстречать любого зверя. Никогда нельзя предвидеть заранее, какое животное окажется в поле вашего зрения, и если в лесу, куда вы отправились, есть опасность налететь на крупного зверя — лося или кабана, то ваше ружье лучше держать заряженным.

Выйдя на охоту с напарником, ни в коем случае нельзя нести оружие на боевом взводе — двустволка или одностволка обязательно должны быть переломлены так, чтобы вы видели вложенный в них патрон. Это первейшее правило коллективной охоты, и ни один уважающий себя охотник ни разу его не нарушил.

Случайный выстрел происходит тогда, когда владелец ружья забывает о том, что держит в руках опасное оружие, а не доисторическое копье. Многие современные модели охотничьих ружей снабжены очень чувствительным спусковым механизмом — чтобы он сработал, достаточно лишь легкого касания пальца.

Всегда помните, что закрытое ружье — взведенное ружье, и в казеннике всегда может оказаться патрон, даже если вы убеждены, что оружие не заряжено.

К сожалению, охотничьи истории рассказывают о многих трагических случайностях, когда выстрел с близкого расстояния не оставлял пострадавшему никаких шансов.

Среди бывалых охотников живут байки о «затяжном выстреле», имитирующем осечку, когда спустя несколько секунд выстрел все же происходил, являясь для охотника полной неожиданностью. Счастье, если его оружие в этот момент оказывалось направленным в пространство и стрелок не повернулся, забыв опустить ствол, с недоумевающим видом к своему товарищу.

Выходя на охоту, все же настройте себя на то, что вам попадется на мушку какая-либо добыча, и обладающий зоркими глазами стрелок всегда обнаружит живность в глубине чащи, но не следует стрелять в каждого попавшегося на пути ежика — хороший охотник бьет лишь достойную добычу, которая действительно сможет украсить его стол или привал.

Обратите внимание на трофеи, которыми гордятся настоящие таежники — это оленьи рога, головы кабанов, медвежьи шкуры или, как минимум, чучело тетерева или глухаря.

Любой четвероногий или пернатый лесной житель инстинктивно чувствует приближение даже самого опытного охотника. Звери передают друг другу сигналы опасности на большие расстояния, и ваше присутствие имеет для них такой же явственный запах, как для вас чашка свежеприготовленного кофе.

Прогулка с ружьецом по утреннему лесу, пожалуй, самый гуманный из существующих способов охоты. Наша кровожадная изобретательность ввела в обиход охоту со снайперской винтовкой с вертолета или ночную погоню на оснащенных прожекторами джипах за степными животными — сайгаками.

Неписаный охотничий кодекс предоставляет зверю относительно равные возможности с охотником. Уток вспугивают, давая им взлететь, и только потом стреляют их влет — никто из бывалых охотников не станет бить по ничего не подозревающим плавающим птицам.

Согласитесь, что у стремительно летящей утки гораздо больше возможностей спастись от выстрела, а снять ее налету из охотничьего ружья — задача, достойная профессионала.

Тем более сложно попасть в кулика или вальдшнепа, так как скорость их движения в воздухе очень велика, и многие охотники, прежде чем «поднять» этих птиц, рассчитывают в уме поправку на их молниеносный взлет и скорость ветра.

Но охота на речных и болотных птиц — занятие, не приносящее новичку никакой добычи, и перед тем, как отправляться в пойму или на озеро, потренируйтесь-ка на

полигоне для учебной стрельбы по тарелочкам.

Только помните, что скорость полета тарелки, выброшенной из специальной машины, на порядок ниже воздушной скорости обычной утки, так что на своей первой охоте вы рискуете впустую расстрелять весь патронташ.

Патроны для утиной охоты необходимо снаряжать самой мелкой, «бекасиной» дробью, иначе с неба на вас опустятся лишь перья.

Хорошо бродить по лесным озерам вместе с тренированной охотничьей собакой — сеттером или пойнтером, которые просто обожают доставать из воды разнообразную дичь. Эти собаки очень чуткие спутники охотника и чуют присутствие зверя на большом расстоянии.

Они никогда не бросят своего хозяина в поединке с разъяренным подраненным животным и много раз спасали охотничьи жизни во время медвежьего гона, когда громадный зверь был готов подмять под себя неудачливого стрелка.

Недаром в России была повсеместно распространена охота со сворой охотничьих собак — это были и русские псовые борзые, и верные терьеры, бесстрашие которых вошло в поговорку — они просто повисали на медведе или волке, отвлекая на себя его внимание и давая охотнику возможность хорошенько прицелиться.

Во все времена охота была изысканным и увлекательным занятием, приносящим охотнику истинно азартные переживания, а на его стол — свежее мясо или вкусную дичь.

До нашего времени в природе прекрасно уживались и меткие стрелки и сообразительные лесные звери — поголовье их не уменьшалось, а разумный отстрел человеком чрезмерно расплодившихся животных только помогал сохранить равновесие в царстве природы.

Но прошло совсем немного лет, на смену кремневкам пришли современные охотничьи винтовки и ружья — и в нашей жизни появилась Красная книга. Кто знает, какой следующий вид появится на ее еще незаполненных страницах — может быть, это будем мы, разумные люди?

# НА ПРИВАЛЕ

После удачной охоты вы, может быть, не спешите вернуться под родной кров. Решили отдохнуть и подкрепиться прямо в лесу, а может, тут же и переночевать, если условия позволяют. На свежем воздухе пробуждается волчий аппетит, а уж в лесу другого аппетита просто и быть не может. Рассмотрим ситуацию, когда вы не захватили с собой достаточного количества еды — не рассчитали. Или решили, что поедите то, что добудете в лесу, понадеялись на удачу. И она вам благоприятствовала.

На костре можно приготовить многие блюда, был бы котелок или кастрюля, хотя можно обойтись и без них, о чем мы поговорим позже.

Пища, приготовленная на костре, по своему вкусу несравнима с теми же продуктами, сваренными или пожаренными на кухонной плите. Атмосфера леса, его благоухание и свежесть создают потрясающий кулинарный эффект. Да и сама дичь — вы достали ее не из морозильника, не держали в холодной воде, чтобы оттаяла, она совсем-совсем свежая, и это прямым образом сказывается на вкусовых качествах вашего блюда.

Прежде чем говорить о способах приготовления дичи, надо дать качественную характеристику самому продукту. «Мясо, оно и есть мясо,» — подумают многие и ошибутся. Поскольку мясо домашних животных (баранина, говядина, свинина), домашней птицы, отличается от мяса дичи, (мясо косули, лани, муфлона, кабана, зайца, дикого кролика, фазана, глухаря, дикой утки, куропатки и других неодомашненных животных).

Если для кого-то это секрет, то разъясним, что к дичи относятся все не разводимые человеком, сами по себе существующие звери, будь то крупные парнокопытные, рогатые, ушастые, хвостатые или безхвостые, скачущие, прыгающие или летающие твари. Все они дикие, поэтому и называются дичью, хотя в слове есть еще и кулинарный смысл, к которому мы и возвращаемся.

Итак, мясо дичи содержит больше минеральных солей, витаминов, но меньше жира, чем мясо домашних животоных. Оно довольно богато азотными веществами, в первую очередь — белками.

О жире, содержащемся в мясе дичи надо поговорить отдельно. Он бывает разным. Например, жир кролика и зайца плохо пахнет и требует непременного удаления при обработке туши. Это же относится и к жиру крупной парнокопытной дичи,

за исключением дикого кабана. Не удаляется жир фазанов, уток, куропаток. Он может использоваться для приготовления блюд из них же.

Вам будет интересно знать, что самым ценным по вкусу является мясо всеядных животных: тех, которые питаются и растительной, и животной пищей, а особенно — насекомыми. У старых самцов мясо имеет неприятный запах. Мясо же молодняка — мягче, его легче готовить. По вкусу оно тоже лучше, но не всегда, например: мясо муфлона вкуснее у взрослых самок.

В большинстве случаев предпочтение отдается мясу самок — оно нежнее и вкуснее, и обязательно нужно учитывать то, что в период гона — последние месяцы осени — мясо самцов крупной парнокопытной дичи плохо пахнет, что не может не сказываться на его вкусовых свойствах. У самцов кабана этот период протекает с ноября по январь. Не ешьте мясо зверя, убитого в этот период.

Мясо дичи является более ценным благодаря своей хорошей усвояемости из-за содержащегося в нем благоприятного состава пуриновых соединений. Мы уже упоминали, что в нем немного жира, но довольно высокий процент содержания белков, витаминов и минеральных веществ: фосфора, железа, кальция. Хорошее воздействие на вегетативную нервную систему обеспечивается довольно высоким содержанием креатина и других веществ. Весьма показательным примером полезности мяса дичи является его назначение в рационе при некоторых болезнях.

Вернемся к вкусовым свойствам дичи и поговорим о них еще немного. На вкус мяса влияет и способ добычи (охоты), и количество оставшейся крови во время разделки, и тщательность самой разделки, однако вкус мяса вы сможете улучшить в процессе его приготовления в условиях привала. Тем не менее следует знать, что для сохранения наилучшего вкуса мяса крупной дичи, она должна быть убита в сердце или в шею, когда зверь стоит поперек линии прицела.

При попадании пули в нежелательную область — хуже всего, если это — желудок, мясо жертвы начинает разлагаться очень быстро. При разделке туши крупной дичи обязательно максимально спустите кровь — это тоже важно — а также будьте чрезвычайно внимательны при осмотре туши (как еще не разделанной, так и выпотрошенной): не упускайте ничего — любое несоответствие внешнего вида зверя или его внутренних органов характеристикам здорового мяса должно стать вам предупреждением: есть его нельзя!

Одним из многочисленных признаков хорошего здоровья

зверя или птицы является их шерсть — она должна быть блестящей и прилегающей к поверхности тела. Явный же показатель болезни — присутствие на мясе язв или опухолей.

Вообще, строго говоря, мы обязаны предупредить вас: необходим тщательный и квалифицированный осмотр туши. В противном случае, можете подхватить от того же кабана трихинеллез и, как говорится, будьте здоровы! Поэтому, перефразируя автодорожный фольклор, предупреждаем: «Не уверен — не ешь.» К слову сказать, вся дичь, предназначенная для продажи, приготовления в ресторанах и других местах питания, должна проходить тщательную ветеринарную экспертизу.

На качество дичи оказывает немалое влияние и то, как скоро вы ее обнаружите — чем дольше вы будете ее искать, тем больше вероятность того, что вкус ухудшится. Кроме того, что бить дичь надо в указанные области тела, важно еще и то — убили ли вы ее сразу, или только ранили: мясо зверя, не убитого сразу, а умершего от ранения, хуже по своему вкусу. Поэтому будьте метки на охоте и не медлите с поиском подстреленной добычи.

Но оставим в стороне саму охоту, необходимый осмотр убитого зверья, потрошение, свежевание и разделку туши или тушки убитого вами животного и вернемся непосредственно к мясу, как к источнику пищи. Еще несколько слов об особенностях некоторых видов мяса дичи. Мы уже говорили о вкусовых свойствах мяса самцов крупных копытных в определенное время года.

Очень вкусным считается и является таковым мясо молодой оленихи, вкуснейшее — мясо лани, отличающееся большой нежностью; не меньшей популярностью пользуется мясо косули, мясо молодого дикого кабана, зайчатина, причем, у лесных зайцев — а мы с вами в лесу, не забывайте — мясо намного вкуснее, чем у полевых, а у — зимних вкуснее, чем у осенних. Редким по нашим временам деликатесом стало мясо куропатки и вальдшнепа, вкусен и пикантен хорошо приготовленный вяхирь, ну а о диких утках и говорить нечего, это — целая легенда в кулинарии.

Подготовив мясо непосредстенно к кулинарной обработке, имейте ввиду, что его нельзя держать в воде длительное время. Если вы варите само мясо, а бульон от него в пищу не используете, то кладите подготовленную дичь в кипящую подсоленную воду, благодаря этому поры у мяса быстро закрываются и оно не теряет своей сочности. Если же вы хотите получить наваристый, крепкий бульон, то тогда кладите дичь в холодную воду.

Мы не будем давать вам особых рекомендаций по поводу

того, как следует разводить костер. Дело это достаточно простое, если вы имеете при себе спички и в это время не идет дождь. В последнем случае придется повозиться, но небольшое количество бензина или керосина, осторожно использованное, помогло бы вам избавиться от хлопот.

Главным для разведении костра являются сухие ветки и сухая же трава. Газетный лист, порванный на несколько равных частей, которые размещаются с разных сторон сложенного костра, упрощают задачу его разжигания до минимума. Хотим лишь вам заметить, что ветки не надо наваливать кучей, поначалу подкладывайте их по мере разгорания пламени, начиная с тех, что помельче, и размещая их под углом друг к другу. Сам же костер разводите из мелких сухих веточек и пучков травы, сложив их в виде незатейливого подобия маленького вигвама.

В том случае, если пламя плохо разгорается, не переводите спички, без пользы чиркая их одну за другой, так вы вскоре вовсе без них останетесь. Остановитесь, вы — не дома, где на буфете есть еще нескольких коробков, а магазин не просто далеко, а настолько, что пока вы до него доберетесь, он уже закроется. Поэтому экономьте спички, чтобы не остаться без еды. Можно, конечно, воспользоваться трудоемкими методами добывания огня, существующими у некоторых народов, но мы не будем описывать вам их принципиально, чтобы не расстраиваться.

Итак, если костер плохо разгорается, сделайте жгут из бумаги или хорошенько разожгите большую сухую ветку и используйте ее в качестве факела. Поддувайте пламя, появившееся в костре, только не резко, а равномерно и плавно, не нервничайте и не торопитесь, используйте сначала только сухой материал, включая верхний слой опавшей листвы или сухую кору засохшего дерева.

Если вы собираетесь готовить дичь на подвешенной, а не на установленной посуде, тогда по бокам костра крепко установите две толстые ровные ветки длиною до 1 метра и с развилками на концах, на которые вы сможете поместить третью крепкую ветку (все сооружение хорошо делать из сырого или намоченного крепкого дерева), повесив на нее котелок или ему подобную посуду.

В том случае, если вы пользуетесь на привале кастрюлей, нуждающейся в твердой установке над костром, то вам придется сделать очаг из равных по размеру и относительно ровных крупных камней, на которые вы сможете поставить вашу посуду.

Каким бы способом приготовления дичи в лесных условиях вы не пользовались, вам, как и на кухне, придется поддерживать нужный температурный режим, чтобы не затягивать готовку, с одной стороны, и не пожечь добычу — с другой. Во всяком

случае, пламя костра, будь оно сильным, умеренным или слабым, должно быть равномерным и охватывать используемую посуду со всех сторон. Сложностей это не вызовет — используя элементарные правила, вы будете поддерживать пламя своего очага с удовольствием, чувствуя себя при этом так же, наверное, как и наши далекие предки много веков назад.

А они чувствовали себя, по нашим представлениям, необыкновенно. Во-первых, охота на животных доисторического периода, отличавшихся неимоверными размерами и не меньшей агрессивностью, являлось делом чрезвычайно рискованным. Поэтому, современным языком говоря, выброс в кровь адреналина был очень велик — ты остался жив, а он — мамонт — лежит перед тобой бездыханный, заслоняя своей тушей заходящее солнце.

Во-вторых, этот самый мамонт позволит, наконец, наесться после долгого периода вынужденного голодания. Ведь в те времена охота была не разрешенным развлечением, а одним из немногих источников пропитания. Ну а в-третьих, разведенное пламя костра оказывало на собравшееся вокруг него племя завораживающее, какое-то магическое воздействие, отголоски которого чувствует на себе и современный человек, хорошо знакомый с такими достижениями цивилизации, как микроволновая печь, электробритва или фен для укладки волос. Но мы отвлеклись…

Вернемся же к самому процессу приготовления пищи из дичи. Вместо кастрюли или котелка вы с успехом можете использовать большую и глубокую сковородку, которую установите на очаг так же, как кастрюлю. Если вы собираетесь потушить дичь, то предварительно быстро обжарьте ее на сильном огне, а затем, добавив бульон или воду, тушите, доведя пламя костра до умеренного. Пользуясь таким кулинарным приемом, вы сможете сохранить все ценные свойства вашей добычи, а само мясо станет сочнее.

Как мы уже говорили вам, мясо дичи уступает по своей жирности мясу домашних животных, что позволяет включать его в диетический рацион, однако делает его менее сытным. Чтобы восполнить этот пробел, мясо дичи перед приготовлением хорошенько нашпигуйте и оберните шпиком — так оно не пересохнет во время приготовления. Таким образом, вам следует иметь ввиду, что сало и шпик — незаменимые друзья охотника, поэтому всегда имейте их при себе, если предполагаете устроить привал после удачной охоты.

Мы потом еще скажем вам, что нужно иметь охотнику на привале, и не пугайтесь — для этого не понадобиться рюкзак,

набитый до веса в десять килограммов. Нет, вам потребуется несколько простых и необходимых средств, которые вы употребите во время приготовления дичи, чтобы не оставить ее безвкусной.

Итак, вы нашпиговали дичь салом, нарезав само мясо поперек волокон, а сало — квадратиками. Теперь ваше приготовленное блюдо нарядное, как рождественская елка, а достаточную сытность вы ему уже обеспечили.

Помимо сала и шпика (соленого свиного сала), в приготовлении блюда из дичи играют важную роль пряности, которые подчеркивают ее оригинальный вкус. Однако следует знать, что чрезмерное применение специй или, к примеру, сырого репчатого лука может отрицательно сказаться на качестве блюда, испортив его вкус. В других случаях — напротив, лук может использоваться в гораздо больших количествах для устранения специфического запаха мяса вашей добычи.

Кроме того, в приготовлении дичи хорошо использовать овощи, фрукты или грибы, если есть такая возможность. Грибы, разумеется, великолепный гарнир к дичи, но вы должны проявить чувство ответственности перед самим собой и употреблять в качестве гарнира только хорошо известные вам здоровые грибы. Собирать их можно в положенный период, после обильных дождей, а не до них — есть грибы, собранные в засушливое время нельзя, в них накапливаются вредные вещества.

Вобщем, отправляясь на охоту, прихватите с собой пару луковиц, морковку, несколько картофелин, соль с перцем — сделать это совсем не трудно, а блюдо, приготовленное на привале сильно выиграет от этих компонентов, к которым вы всегда сможете добавить то, что растет в лесу у вас под ногами — те же грибы или травы.

Перед приготовлением мяса обязательно снимите с него тонкий слой и как следует промойте в холодной проточной воде. Обратите внимание на то, что мясные ткани вокруг входного и выходного отверстия пули в пищу не годятся — в них сразу же начинается процесс разложения. Поэтому зачистите их острым ножом.

Давайте же, наконец, займемся приготовлением нашей дичи! Имейте в виду, что дичь сильно отличается по размеру, поэтому если вы, охотясь в одиночку, подстрелили одного вальдшнепа или куропатку, то сможете приготовить себе сытный обед. А вот чтобы накормить трех-четырех охотников, нужно, как минимум, подстрелить утку, фазана, кролика, а еще лучше — зайца.

# Давайте начнем с супов

Суп из дичи — блюдо вкусное, а преимущества его приготовления в том, что мясо вы никак не сожжете. Если же мясо добытого вами животного жестковато, то при варке супа оно смягчится. Суп готовится как самостоятельное блюдо, бульон используется в пищу наравне со всеми остальными компонентами. Лучше всего для супа подойдет мясо взрослой дичи. Перейдем теперь к рецептуре, сразу предупредив вас о том, что мы предлагаем ее вам в полном виде с применением всех возможных компонентов.

Как мы уже говорили, это — не тяжелый багаж, и взять его с собой на охоту вам особого труда не представит. В противном случае расстраиваться тоже не надо, главное на привале, в конце концов — мясо, а оно у вас есть, иначе устраивать привал, по крайней мере, надолго, не рекомендуется: или замерзнете, или проголодаетесь.

## БУЛЬОН ИЗ ФАЗАНА «БАРСКИЕ ПРИХОТИ»

Первым блюдом из дичи, с которым мы хотим вас познакомить, станет бульон из фазана. Для его приготовления вам понадобится котелок или кастрюля. Птицу ощипайте, выпотрошите, опалите и тщательно промойте. Варите тушку в подсоленной воде, добавив пряности, коренья и овощи. Когда овощи сварятся, выньте их, а фазана варите до готовности. Вынув готовое мясо, отделите грудку и ножки и ешьте отдельно, а остальное мясо отделите от костей, мелко нарежьте и положите в процеженный бульон. Сваренные овощи порежьте и положите в бульон вместе с зеленью петрушки, добавьте еще немного соли. Ваше блюдо готово.

Вам потребуется:
фазан — 1 шт.,
вода — 2 л,
морковь — 1 шт.,
петрушка — 1 шт.,
корень сельдерея — 1/4,
черный перец — 6 горошин,
душистый перец — 3 горошины,
можжевельник — 3 ягоды,
лук-порей — 1 ст. л.,
кольраби — 1 шт.,
соль по вкусу.

## СУП ИЗ ДИЧИ «ДЫМ КОСТРА»

Суп из дичи готовится в глубокой посуде. Очищенные от пленки и сухожилий куски мяса это надо делать в любом случае хорошо промойте вместе с костями, обдайте кипятком, затем — холодной водой и потушите на малом огне костра, предварительно налив в кастрюлю растительное масло или используя в качестве жира шпик или сало. В мясо добавьте нарезанную зелень петрушки, лука, любистока и пряности. После того как весь сок, выделяемый мясом, испарится, долейте в кастрюлю воды и варите до готовности. После этого мясо выньте, отделите его от костей, порубите и положите обратно в суп, добавив соль и перец.

Вам потребуется:

дичь вместе с костями (мясо косули, оленя, кабана, лани, зайца) — 800 г,

вода — 1,5 л,

жир или масло — 60 г,

луковица — 1 шт,

корень сельдерея — 1/4,

лавровый лист — 1 шт.,

черный перец — 6 горошин,

душистый перец — 2 горошины,

зелень петрушки — 1 ст. л.,

любисток — 1 ст. л.,

зеленый лук — 1 ст. л.,

соль по вкусу.

Во многие блюда, приготавливаемые из дичи, можно добавлять для большей вкусовой насыщенности бульоный кубик. Культурную огородную зелень, если у вас ее нет, можно заменить дикорастущими травами, но только при необходимом условии, что вы в них разбираетесь. В пищу могут применяться такие растения, как чабрец, мята, душица (она же — майоран), зеленый салат, щавель. Но нужно вас предупредить: варить травы можно только в стеклянной, глиняной или неповрежденной эмалированной посуде, а вот в железной или алюминиевой этого никак нельзя делать. Не следует употреблять их в больших количествах — достаточно будет нескольких стеблей.

Что же касается вина, то не будет большой беды, если вы замените его водкой, уполовинив дозу.

## СУП «СЛЕДОПЫТ»

Суп из мяса дичи с сельдереем. Для этого блюда пригодно

мясо крупной копытной дичи (косули, оленя, лани, муфлона, а также мясо зайца и фазана). Подготовленное мясо вымыть, положить в котелок, добавить пряности, соль, лук, сельдерей, разрезанный на четыре части, затем влить воду и варить. Когда сельдерей станет мягким, выньте его из котелка и порежьте соломкой. Так же порежьте и сварившееся мясо, а потом опустите вместе с сельдереем в суп, поварив еще несколько минут.

Вам потребуется:
мясо — 500 г,
вода — 1,5 л,
луковица — 1 шт,
корень сельдерея — 1 шт,
черный перец — 5 горошин,
душистый перец — 3 горошины,
гвоздика — 3 шт.,
ягоды можжевельника — 5 шт.,
перец и соль по вкусу.

## СУП «НАВАРИСТЫЙ»

Для его приготовления используйте свежие кости косули, оленя, лани, кабана. Кости следует разрубить на небольшие куски, после промыть, чтобы не осталось осколков, а затем ополоснуть холодной водой. Теперь кладите кости в холодную воду, добавив тмин, черный и душистый перец, лук, свежую зелень сельдерея, коренья и соль. Когда овощи станут мягкими, выньте их, сам отвар процедите и добавьте в него половинку бульонного кубика, посолите еще и доведите суп до кипения. Положите в него нарезанные вареные коренья, овощи (коренья можно заменить пучком шафрана). За неимением всех компонентов, обойдитесь, в конце концов, солью с перцем.

Вам потребуется:
свежие кости — 1 кг,
вода — 1,5 л,
луковица — 1 шт.,
морковь — 1 шт.,
корень петрушки — 1 шт.,
корень сельдерея — 1/2 шт.,
черный перец — 4 горошины,
душистый перец — 2 горошины,
веточки сельдерея — 2 шт.,
тмин — щепотка
соль по вкусу.

## СУП «ОХОТНИЧИЙ»

Мясо дичи хорошо зачистите и промойте и сварите крепкий бульон, положив пряности и коренья. Когда мясо будет готово, выньте его из кастрюли, освободите от костей, порежьте и снова положите в суп, добавив зелень петрушки, лука, любистока.

Вам потребуется:

дичь (косуля, лань, фазан, кабан) — 500 г,

вода — 1,5 л,

лук-порей — 2 ст. л.,

морковь — 1 шт.,

корень сельдерея — 1/4 шт.,

черный перец — 5 горошин,

душистый перец — 2 горошины,

можжевельник — 3 ягоды,

соль по вкусу.

Кроме супов, вы сможете приготовить из мяса дичи прекрасные

# Вторые блюда

, используя в качестве гарнира разнообразные травы, грибы, специи и овощи. Приводимые ниже рецепты готовятся не собственно из мяса дичи, а из ее внутренних органов.

## ПОЧКИ КОСУЛИ «СПЕЦ»

Для этого нужно подготовленные и тщательно вымытые почки косули порезать на небольшие доли. Шпик нарезать тонкими брусочками и обжарить все вместе с салом на сковородке, поддерживыая умеренный огонь костра. Когда шпик обжарится, положите в сковороду подготовленные почки, перец и гвоздику, мелко нарезанный лук и все это тоже обжарьте.

Когда лук приобретет золотистый оттенок, добавьте заранее отваренные грибы и тушите блюдо, под конец, подлив вино и прибавив воду, если жидкости в блюде будет не хватать. Посолите в меру и поперчите. Почки — вкуснейшее блюдо, особенно с грибами. Готовить это кушанье немного сложнее, особенно, учитывая специфику места, в котором вы находитесь. Однако не пожалейте усилий, и результат вполне оправдает ваши ожидания.

Вам потребуется:
почки одной косули,
шпик — 30 г,
сало — 30 г,
луковица — 1 шт.,
черный перец — 3 горошины,
душистый перец — 2 горошины,
гвоздика — 1 шт.,
отварные белые грибы — 100 г,
сладкое белое вино — 100 г,
соль по вкусу.

## СЕРДЦЕ ЛАНИ

Еще одно блюдо из внутренних органов дичи готовится из сердца лани. Сердце тщательно вымойте и разрежьте на две ровные части. Нарежьте мясо ломтиками, опять хорошо промойте и нашпигуйте шпиком. Возьмите еще шпика, порежьте его, положите в разогретый котелок с растопленным жиром, затем выложите в него подготовленные и посоленные ломтики сердца,

пряности и жарьте, добавляя в блюдо воду, если жидкость будет выпариваться.

Вам потребуется:

сердце одной лани,

шпик — 80 г,

жир — 50 г,

лавровый лист — 2 шт,

черный перец — 8 горошин.

## ОЛЕНИНА «ДИАНА»

Мясо оленины готовьте следующим образом. Предварительно очистите его от пленок и сухожилий, промойте хорошенько и нарежьте на кусочки. В котелке обжарьте на сале нарезанные лук и сельдерей вместе с молотым красным перцем, затем положите оленину. Мясо посолите, посыпьте перцем и тмином, добавьте горячей воды и при желании бульонный кубик. Когда в процессе тушения мясо станет мягким, посыпьте его мукой, дайте блюду закипеть, теперь досолите его и еще поперчите. Пища готова.

Вам потребуется:

мясо оленины (мясо, снятое с лопатки, шеи или реберной части) — 1–1,2 кг,

сало — 125 г (или растительное масло),

репчатый лук — 2 шт.,

корень сельдерея — 1/2 шт.,

молотый красный перец — 1 ч. л.,

тмин — 1/2 ч. л.,

горячая вода — 1 стакана,

мука — 2 ст. л.,

соль и перец по вкусу.

## КАБАН «А-ЛЯ ПОПАЛСЯ»

Этого зверя довольно трудно, а порой и опасно добыть, но готовить совсем не сложно. Большой обработанный кусок кабанины вымойте и варите до готовности в маринаде, приготовленном из уксуса, воды и трав, соли с добавлением специЙ и овощей. Когда мясо сварится, выньте его, порежьте на куски и кушайте на здоровье.

Вам потребуется:

мясо кабана (шейная часть, лопатка, ребрышки) — 1–1,2 кг,

уксус 4 %-ный — 1,5 ст.,

вода — 1,5 ст.,

луковица — 1 шт.,

морковь — 1 шт.,
корень сельдерея — 1/2 шт.,
корень петрушки — 1 шт.,
лавровый лист — 2 шт.,
черный перец — 6 горошин,
душистый перец — 3 горошины,
соль по вкусу
травы лесные — сколько найдете.

В очередной раз повторимся: мы приводим вам здесь полные списки компонентов блюд, которые вы при желании всегда сможете иметь с собой на охоте. Если же у вас не хватает каких-либо составляющих, не кручиньтесь — пользуйтесь тем, что есть и следите за огнем, чтобы блюдо не сгорело. Это действительно будет печально.

Сейчас мы немного отвлечемся от нашей рецептуры, поскольку возникает необходимость в рекомендациях. Мы переходим к зайцу. Заяц — царь русских лесов и полей, излюбленное блюдо многих охотников, весьма любопытный зверь, навсегда вошедший в народный фольклор, как существо разностороннее, развитое, можно сказать, страдающее. Как-то неудобно даже говорить о том, что нужно сделать с этим любителем капусты, прежде чем его съесть. Однако почувствуйте себя волком и читайте.

Прежде чем готовить зайца, снимите с него шкуру, отрубите голову (это относится, кстати, ко многим видам некрупной дичи, ставшей предметом ваших кулинарных интересов). Затем следует отрубить ноги, промыть мясо, вырезать из него кровянистые места и снять пленки.

Теперь его можно готовить, однако, если у вас на привале есть такая возможность — допустим, вы уже поели какой-то дичины и решили заночевать, а зайца приготовить ранним утром — тогда замаринуйте его на несколько часов в эмалированной кастрюле, залив остуженным маринадом, сваренными с пряностями и кореньями. Это смягчит зайчатину.

Другим способом это достигается натиранием мяса сахаром, растительным маслом, поливанием лимонным соком, перчением; можно посыпать мясо мелко нарезанным репчатым луком и зеленью петрушки. Во втором случае обработанное мясо положите в чистую посуду и подержите на холоде не менее четырех часов.

Для маринада требуется:
уксус 3 %-ный — 1 стакан,
коренья (морковь, петрушка, лук, сельдерей) — 200 г,
черного и душистого перца — по две горошины,

ягоды можжевельника — 10 шт.

Мясо зайца в большинстве случаев тушат (так он вкуснее всего), но задние ноги и спинку можно и пожарить. Как и большинство другой дичи, перед приготовлением зайчатину нашпигуйте. В качестве гарнира используйте сваренный или испеченный в золе картофель.

Вернемся к способам пориготовления.

## ЗАЯЦ ОТ КУПЕРА

Приготовленную переднюю часть тушки, вымытую и очищенную от пленок, нарежьте на куски и варите в подсоленной воде, предварительно нашпиговав зайчатину луком и пряностями. Сваренную зайчатину выньте из котелка и приступайте к трапезе.

Вам потребуется:
зайчатина — 700 г,
вода — 1,5 л,
луковица — 1 шт.,
черный перец — 6 горошин,
душистый перец — 6 горошин,
лавровый лист — 2 листочка,
тимьян, соль по вкусу.

Разделывая зайчатину, не забывайте освобождать мясо от жира, делая это с особой тщательностью.

## ЗАЯЦ ПО-ИНДЕЙСКИ

В отличие от предыдущего рецепта, здесь в ход пойдет не передняя, а задняя часть тушки. Приготовьте ее, очистив от пленок и хорошо промыв, затем, не жалея сала, нашпигуйте им мясо и посолите. Это блюдо вы можете готовить, не прибегая к помощи котелка или кастрюли, а пользуясь вертелом, аккуратно насадив на него тушку.

Жарьте зайца, поддерживая равномерный и несильный огонь костра, регулярно переворачивая тушку разными сторонами. Когда мясо будет готово — проверить это можно с помощью ножа, протыкая им зайчатину и проверяя ее на мягкость — снимите кушанье с вертела, порежьте на части, добавьте порезанные сырые коренья: репчатый лук, морковь и поперчите по своему вкусу.

Вам потребуется:
зайчатина — 700 г,
лук — 2 шт.,
шпик — 100 г,

морковь — 1 шт.,
соль, перец по вкусу.

Приготовление дикого кролика имеет те же особенности, что и приготовление зайца. Итак, дикий кролик. Помнится, именно его принес в подарок королю выдающийся Кот в сапогах, чем покорил сердце державного властелина и тем самым способствовал супружескому счастью своего господина — маркиза де Карабаса.

## КРОЛИК-ДИКАРЬ

Дикий кролик очень вкусен и прост в приготовлении: очищенную от пленок и вымытую тушку животного порежьте на части, основательно нашпигуйте шпиком и посолите. В глубоком котелке обжарьте нарезанный репчатый лук и шпик, порезанный крупными кубиками.

Теперь кладите в котелок зайчатину и пряности, несколько минут пожарьте, а потом влейте немного воды и тушите до готовности.

Вам потребуется:
одна тушка кролика,
шпик — 150 г,
луковица — 1 шт.,
лавровый лист — 2 шт.,
тимьян — 2 веточки,
гвоздика — 4 шт.,
черный перец — 6 горошин,
душистый перец — 4 горошины,
вода — 500 мл.

Мы уже говорили вам о том, что некоторые компоненты предлагаемой рецептуры вполне можно заменить дикими лесными травами. Остановимся на этом. В пищу употребляются: зелень сурепки, листья черемши, медуница, пастушья сумка. Молодая зелень пастушьей сумки, в частности, успешно сочетается с мясом птицы, обогащаяя ее вкус и аромат. Кроме того, вполне съедобны и полезны листья осота(как огородного, так и полевого), листья лопуха, растущего повсеместно, полевой хвощ, зелень люцерны (коровы, как известно, любят люцерну, а значит, и мясо крупной копытной дичи против нее ничего иметь не станет).

Оговоримся только: применять дикие лесные травы следует с осторожностью, в первую очередь, в отношении к количественным пропорциям — не надо класть в блюдо много травы, вполне достаточно нескольких стебельков или листьев.

Также будьте полностью уверены в том, что вы имеете дело с нужным вам растением, а не просто на него похожим. Это же относится и к применению грибов в качестве гарнира к дичи.

В период осенней охоты вы вполне можете использовать для приготовления блюд из дичи листья мяты и корень порея, который пригоден для использования при жарении. Дикую птицу можно готовить с душицей, мясо крупной дичи — с применением той же мяты и чабера (по-другому — чабрец), мелиссы, дикого чеснока, дикого лука-порея, а блюдо из дикой утки обогатит десяток листьев настурции.

## КРОЛИК С ГРИБАМИ

Вернемся к нашему дикому кролику. Можно приготовить его со сладким перцем и грибами. Тщательно вымытую тушку разделайте на порции, нашпигуйте салом, а лучше — шпиком, посолите и обжарьте на растительном масле, добавив ломтиков шпика.

Итак, когда мясо кролика обжарится, добавьте в посуду порезанный перец, пряности и приготовленые грибы — тут подойдут беляки, шампиньоны или смесь других грибов. Обжаривайте блюдо до готовности, по мере необходимости добавляя в него горячую воду с растворенным в нем бульонным кубиком.

Вам потребуется:
тушка одного кролика,
шпик — 100 г,
масло или сало — 80 г,
сладкий зеленый перец — 4 шт.,
черный перец — 8 горошин,
душистый перец — 4 горошин,
белые грибы — 12–13 шт.,
лавровый лист — 1 шт.,
соль пор вкусу.

Но привал на то и привал, чтобы насладиться настоящими прелестями похода в лес. Мы имеем в виду мясо, приготовленное на вертеле.

## ФАЗАН ПО-НАСТОЯЩЕМУ

Перейдем к приготовлению дикой птицы в диких условиях. Фазан жареный на вертеле. Ощипанную, выпотрошенную и опаленную тушку хорошо вымойте и нашпигуйте тонкими кусочками шпика, снаружи и изнутри натрите ее смесью,

приготовленной из чеснока и соли. Поместите птицу на вертел и жарьте ее, регулярно переворачивая и поддерживая равномерный и небольшой огонь костра.

Вам потребуется:
тушка одного фазана,
шпик — 70 г,
чеснок — 3 дольки,
соль по вкусу.

## ФАЗАН «АЗАРТ»

Еще один незатейливый рецепт приготовления фазана на шампурах. Полностью приготовленную тушку тщательно моете, отделяете мясо с грудной части и ножек и нарезаете его крупными кубиками. Точно так же нарезаете и шпик. Остатки тушки фазана используйте для супа с овощами, а приготовленное мясо посолите, поперчите и наденьте на шампур, перемежая кусочек дичи кусочками шпика, сладкого перца и репчатого лука.

Все это блюдо готовится над медленным огнем костра. В том случае, если шампуров вы с собой на охоту не захватили, что неудивительно, — таскать с собой железо по лесу не всякому охотнику по плечу — замените его ветками ивы. Готовое мясо можете от души фламбировать, только делайте это аккуратно. Почувствуйте себя французским дворянином. Для этого полейте дичь на вертеле (шампуре) коньяком — можно французским, и осторожно подожгите.

Вам потребуется:
тушка одного фазана,
шпик — 100 г,
луковица — 2 шт.,
сладкий зеленый перец 2–3 шт.,
коньяк — 100 г,
соль, перец по вкусу.

Наши далекие предки, о которых мы не устаем вспоминать, готовили мясо дичи в лесных условиях с большим рвением и достаточно регулярно, то есть — всю свою жизнь. Кое-что из древних источников приготовления дичи дошло и до нас. Эти сведения лишний раз подтверждают, насколько хорошо мясо, как продукт питания, даже если готовить его без каких-либо специй и других дополнений. Вот как выглядит, наверное, первый рецепт приготовления мясной пищи, обнаруженный в Лавреньтевской летописи девятисотлетней давности и записанный неизвестным монахом: «Изрезав конину ли, зверину ли или говядину, на углях испек ядяху.»

Вообще, у кулинарии есть своя богатая и крайне занятная история. Касается она и названий блюд. Например, название блюда — «пельмени» пришло в русский язык из удмуртского, где слово «пель» означает «ухо», а «нянь», трансформировавшееся в русское «мень», это — «хлеб». «Гуляш» — венгерское блюдо, в дословном переводе означающее «мясо, которое едят пастухи». Шашлык же, твердо ассоциирующийся в нашем сознании с кавказской кухней, слово из тюркских языков, где «шиш» значит — вертел, а все слово «шашлык» — «птица, приготовленная на вертеле».

Мы заговорили об этом в связи с тем, что в древние времена люди относились к приготовлению еды намного проще, чем мы. Понятий, без которых современный гурман не мыслит себе хорошей кухни тогда не существовало, а пища готовилась примитивно, оставаясь, при этом, такой же вкусной. Охотник, если есть у него такое желание, может провести безобидные для себя эксперименты, готовя застреленную дичь без каких-либо кухонных аксессуаров, то есть, пренебрегая даже котелком, кастрюлей или сковородкой.

Например, вы застрелили фазана или дикую утку. Чтобы приготовить их, вам потребуется всего лишь развести костер, сорвать несколько листьев ольхи и найти глину. Эту самую глину вы разводите с помощь воды до консистенции сметаны, вымазываете ею птицу, предварительно отрубив ей голову и лапки, ощипав, выпотрошив и опалив. Прежде чем покрыть птицу глиной, положите на ее поверхность листья ольхи для придания блюду дополнительного аромата.

Вымазываете дичь глиной так, чтобы глина полностью покрывала ее, как скорлупа — яйцо. Затем вы помещаете ваше изделие в горячие угли, усыпав его со всех сторон. Углей должно быть в достатке. Таким образом, ваша птица выпекается в течение двух часов, после чего вы вынимаете ее из углей, откалываете глину, что делается без труда, и едите.

Таким же способом вы можете приготовить и мясо крупной дичи. Мясо предварительно подготавливаете — очищаете от пленок и сухожилий, моете, режете на небольшие, нетолстые куски. Теперь вымазываете их глиной и помещаете в раскаленные угольня и выпекаете до готовности. Не правда ли, просто? Можно таким же способом готовить мясо птицы, зайцев-кроликов или крупных копытных в фольге или (за ее отсутствием) пользоваться листьями лопуха, плотно обернув в него куски дичи несколько раз.

Чтобы повысить вкусовые качества приготавливаемой дичи, можно натереть их солью, поперчить, обложить дольками чеснока

и уже после этого заворачивать в подходящий материал. Им, между прочим, может служить обычная чистая тряпка, промасленная животным или растительным маслом.

В связи с таким незатейливым способом приготовления пищи, вспоминается кулинарный рецепт южно-африканского племени бечуанов, описанный в литературе. Для этого роется достаточно глубокая и широкая яма, в которую помещаются ноги убитого на охоте слона. Затем яма засыпается золой, горячими угольями и хворостом. Все оставляется в таком положении на несколько часов, например с ночи — до утра. По приготовлении тушеные слоновьи ноги вынимаются из ямы с величайшими предосторожностями и употребляются в пищу, вызывая при этом бурю восторгов.

Еще несколько рекомендаций, следуя которым вы улучшите качество вашего блюда. Если вы готовите жаркое из небольших кусков дичи, то нарезайте их не вдоль, а поперек волокон: так они и выглядят лучше, и будут вкуснее.

Готовя в пищу крупные куски мяса, нашпигуйте их кореньями: петрушкой, сельдереем, чесноком — все это сделает блюдо вкуснее. Если мясо дичи — тощее, не жалейте для него шпика, нашпигуйте побольше. При шпиговании овощи и шпик нарежьте продолговатыми кусочками длиной около 5 см. Затем заостренной деревянной палочкой сделайте косые глубокие надрезы вдоль мышечных волокон и поместите в них подготовленные овощи и шпик.

При шпиговании птицы, перед тем как ее жарить, опустите ее ненадолго в горячую воду. В частности, таким образом готовятся куропатки. Выпотрошенная и вымытая птица опускается на 1 минуту в кипяток, затем солится, шпигуется шпиком и жарится на вертеле.

Применяя в приготовлении дичи лесные травы, кладите их в блюдо за несколько минут до готовности, а никак не в начале, что может привести не только к ухудшению качества дичи, но и покроет ее непривлекательными «водорослями».

И последнее. Берегите природу. Охотьтесь вволю, но не бейте дичи больше, чем вам понадобится для практических целей. Именно в этом случае вы сможете получить от охоты и от последующей за ней трапезы на привале оптимальное удовольствие, и вас снова потянет в лес, где вы будете чувствовать себя не властным хозяином, а его органической частью.

# ПРИНЕСЛИ ДОБЫЧУ ДОМОЙ

## ПТИЦА

Этот раздел мы посвятим, главным образом, тому, как подготавливают, обрабатывают и приготавливают пернатую дичь. Существует особая специфика приготовления дичи, так как ее мясо многим отличается от мяса домашних птиц.

После доставки птицы домой слейте с нее кровь, надрезав горло дичи ножом, и держите несколько минут вверх ногами.

Перед очисткой птицы ее необходимо продержать от 5 до 8 дней на свежем воздухе. В некоторых случаях ее даже закапывают в землю на сутки. Это связано с тем, что мясо дичи вообще жесткое, не очень вкусное и грубоватое, а после предварительной обработки он становится нежнее и лучше проваривается.

При предварительной обработке необходимо обращать внимание на то, чтобы не допустить попадания насекомых на мясо дичи.

Очистка дикой птицы производится следующим способом. Дичь необходимо положить в большую посуду и залить кипятком. Подождав несколько минут, начинать очищать птицу от перьев. Очистку лучше начинать с нижинй части. После того как птицу очистили, ее необходимо опалить над углями или над открытым огнем газовой плиты, это делается для того, чтобы удалить остатки мелких перьев.

Затем птицу моют и разрезают от заднепроходного отверстия до грудной кости не повреждая внутренностей. Рукой, отделяя от мяса, вытащите внутренности. Удалите пинцетом всю дробь. Не допускайте попадания в пищу свинцовой дроби, так как она может вызвать отравление. Легкие, сердце, печень и желудок отложите в отдельно приготовленную посуду. Осторожно отделите желчный пузырь от печени, при этом не допускайте попадания желчи на мясо. Промойте мясо водой и натрите солью.

Желудочки чистят, разрезая их ножом, выворачивают и промывают водой. При этой процедуре обращайте внимание на содержимое желудка, оно сможет вас сказочно обогатить.

Дело в том, что таким образом с древних времен практиковался способ поиска и открытия золотоносных, серебряных и алмазных месторождений: дикая птица, подобно курице, проглатывает твердые частицы для своих пищеварительных нужд, при выборе предпочитая блестящие. Понятно, что в диких лесах тайги больше сверкает золото, чем

битое стекло. Поэтому, если вдруг при чистке обнаружите нечто, напоминающее драгоценность, то не спешите это выбрасывать, а отдайте находку на химический анализ. Если предположение подтвердилось, вспомните то место, где вам посчастливилось подстрелить птицу, и знайте, что где-то недалеко есть залежи драгоценностей. Для более точного определения залежей, составляется карта местности с указанием мест взятия добычи с драгоценностями.

Обработанную тушку тетерки, фазана, гуся, глухаря и т. д. делят на 4 части; утки, куропатки, перепелки и рябчика — на 2 части. Это делают для скорейшего и более качественного приготовления.

Ну, а теперь перейдем к нашей главной теме, как вкусно приготовить дикую птицу.

Вообще, существует множество разных способов приготовления дичи, и они весьма похожи на те, которые мы применяем к домашней птице. Но хотелось бы отметить, что мясо дичи всегда немного жестче мяса домашних птиц, вследствие особенности их питания и образа жизни, поэтому при приготовлении все же есть некоторые нюансы.

Искусство приготовления дичи берет свое начало с глубокой древности. Тогда, когда не было ни газовых плит, ни духовок и уж тем более СВЧ-печей. Приготавливали пищу на открытом огне, а точнее, над жаром углей, на свежем воздухе, используя чистейшую воду и ароматные специи, отчего дичь становилась необычайно вкусной и полезной.

Между прочим, вкус приготовленной пищи в меньшей степени зависит от того, из чего мы ее готовим, а в большей степени — от того — как, когда, где и в чем ее готовить. Для будущего вкуса приготавливаемой пищи еще очень важен эмоциональный настрой того, кто приготавливает, и того, кто ее употребляет.

Как правило, мясо дичи дополнительно шпигуют свиным салом.

Никакой продукт, никакая специя не может быть лишней. Лишней может быть только доза!

При приготовлении дичи постарайтесь применять не столько те рецепты, которыми мы вас научим, а больше свою фантазию, свой ум и свои знания. Поверьте, пища от этого будет только вкуснее.

Качество вкуса в основном зависит от силы огня, пропорций, воды и времени. Огонь при приготовлении дичи должен быть слабым и постоянным. Слабость и постоянство огня способствует лучшему проникновению в мышечную ткань мяса приправ и

равномерности тепловой обработки. Что касается пропорций, то здесь очень важны знания о приготавливаемом блюде, представлении конечного результата создания, а также знания взаимодействия воды и специй. Дело в том, что в процессе приготовления вода испаряется и, следовательно, концентрация соли и других специй увеличивается. Вода из-под крана для приготовления «настоящей» пищи непригодна. Ее необходимо профильтровывать или в крайнем случае дать отстоятся сутки. Примеси ржавчины и хлора очень плохо сказываются на качество будущего вкуса. Что касается времени, то необходимо хорошо знать сколько его необходимо и строго придеживаться этих знаний.

## СУПЫ ИЗ ДИЧИ

Как правило, при приготовлении супов из дичи, ее предварительно обжаривают или тушат. Мясо дичи варят в мясных бульонах или бульонах из мяса домашних птиц.

Супы разделяют на супы-бульоны и супы-пюре. Их отличие в том, что супы пюре вмещают в себя различные крупы злаковых, а бульоны — преимущественно только специи, овощи и корнеплоды.

Полезные советы для приготовления супов: не остовляйте лавровый лист в готовом супе, он может испортить вкус.

Нормализовать вкус пересоленного супа можно рисом, насыпанным в тряпичный мешочек и опущенным в горячий суп на некоторое время.

Для того чтобы сохранить форму ломтиков и аромата лука в процессе варки, предварительно обжарьте его на масле до золотистого цвета, затем влейте его вместе с маслом в бульон.

Солите бульон за полчаса до готовности.

Не кладите в бульоны лаврового листа, он перебъет естественный вкус.

В бульон чеснок кладут только непосредственно перед готовностью.

## СУП-ПЮРЕ ИЗ ДИЧИ

Сварите говядину как обычно: с картошкой, луком, морковью и т. д., процедите бульон.

Зажарьте рябчиков на масле до готовности, отделите мясо от костей. Мясо пропустите через мясорубку вместе с проваренной говядиной и смешайте со стаканом бульона, затем залейте в

заранее подготовленный бульон из мяса.

Перловую крупу хорошо отварите, промните ее, чтобы не осталось зерен (для этого можно пропустить ее через мясорубку), смешайте с взбитым желтком, сливками и с тем, что осталось на сите после фильтрации говяжьего бульона. Смешивайте до состояния пюре и, разбавляя в бульоне, хорошо нагрейте суп, постоянно его помешивая.

Вам потребуется:
говядина — 1,2 кг,
дичь — 2 тушки,
масло — 100 г,
яйцо — 2 шт.,
сливки — 1/2 стакана,
перовая крупа — 1/2 стакана,
морковь — 1 шт.,
картофель — 0,5 кг.

## СУП-ПЮРЕ ИЗ РЯБЧИКОВ ИЛИ ФАЗАНОВ С ШАМПАНСКИМ

Сварите говядину, как и в предшествующим случае, профильтруйте бульон. Говядину пропустите через мясорубку, делая вареный фарш.

Прожарьте дичь, отделите мясо от костей и перетрите его со стаканом бульона, мукой и сливочным маслом и прокипятите. Разбавьте получившуюся смесь в основном бульоне, добавляя взбитые желтки со сливками. Доведите бульон до кипения, но не кипятите его.

Прежде чем подавать суп к столу, влейте в него шампанское. Вареный фарш подавайте отдельно, облив его растопленным сливочным маслом.

Вам потребуется:
говядина — 1,2 кг,
дичь — 2 тушки,
морковь -2 шт.,
петрушка — 1 корень,
сливочное масло — 200 г,
мука — 1 ст. л.,
шампанское — 400 мл,
соль по вкусу.

## СУП-БУЛЬОН ИЗ ДИКИХ УТОК

Берем несколько обработанных уток, обжариваем на масле до

готовности.

Приготовьте бульон из свежей говядины, как обычно, и положите в него готовых уток и то масло, в котором они жарились. Добавьте разнообразные специи и соль по вкусу.

Бульон лучше процедить через сито и, нарезав зелень, добавить в него. Подавайте бульон горячим и, к нему, на отдельный посуде — мясо.

Мясо отделите от костей, добавьте к нему вареную картошку, облитую растопленным сливочным маслом, и залейте все небольшим количеством сметаны.

Хорошо перченый бульон полезен при простуде.

Вам потребуется:
утки — 2 тушки,
говядина — 300 г,
сливочное масло — 200 г,
отварной картофель — 3–4 шт.,
соль, специи по вкусу.

## СУП-ЛАПША ИЗ ДИКИХ УТОК

Обработанную утку кладут в кастрюлю с водой, немного солят и ставят на огонь. Затем занимаются приготовлением лапши.

Для приготовления лапши потребуется мука, одно яйцо и соль. Замесите тесто на воде, добавьте в него яйцо и соль. После того как получилось тесто, его необходимо разделить на небольшие кусочки и тонко раскатать на доске. Затем обсыпать получившийся из теста круг мукой и сложить в несколько раз по длине. Получившуюся полоску теста с одной стороны начинайте мелко надрезать. Получилась лапша. Ее нужно разбросать на бумаге и дать ей немного высохнуть. Хорошо высушенную лапшу можно хранить еще очень долго.

После того как утка сварится, к ней добавляют мелко нарезанной картошки и немного лука. Когда картошка сварится, в бульон добавляют лапши. Через несколько минут суп готов.

Вам потребуется:
утка — 1 тушка,
лук — 1 шт.,
картофель — 5–6 шт.,
соль и специи по вкусу.
Для лапши:
яйцо — 1 шт.,
мука — 200 г,
вода — 50 мл,

соль по вкусу.

## ТУШЕНАЯ ИЛИ ЗАПЕЧЕННАЯ ДИЧЬ

Тушеная или запеченная дичь — диетический продукт, очень полезный и вкусный, рецепты приготовления которого имеют очень глубокие корни, да ведь именно дичь занимала когда-то важное место в основном рационе питания наших предков.

Сейчас же питаться дичью — это романтика, история и в какой-то степени философия. Одна только мысль о том, что похожую пищу ели древние цари, уже вызывает восторг и восхищение. Ну а если вы угостили ею дорогого вам человека, то поверьте, это внимание он не забудет никогда.

Конечно, в нашей повседневной жизни питаться дичью постоянно просто невозможно, ну а если вам все-таки улыбнулась охотничья удача, то будет совсем несправедливо не приготовить себе дичь.

## ТУШЕНАЯ ДИКАЯ УТКА

Обработанную дикую утку натираем солью, затем запекаем на сотейнике в духовке до румяной корочки. Укладываем утку в кастрюлю и заливаем ее горячей водой, добавляем сметану, специи, зелень и соль. Кастрюлю закрываем плотно крышкой и тушим на медленном огне до готовности.

Утку подают с салатами, жирным соусом, который остался после тушения, жареной картошкой.

Вам потребуется:
утка — 1 шт.,
жир — 20 г,
сметана — 25 г,
зелень — 20 г,
соль, перец по вкусу.

## КУРОПАТКИ, ТУШЕННЫЕ С КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ

Разделайте тушки куропаток, промойте их водой, подсушите салфеткой и натрите мясо солью, размешанной с толченым можжевельником. Растопите часть жира и обжарьте мясо куропаток со всех сторон до румяной корочки. Затем разделите каждую куропатку пополам или, если крупные — то на четыре части, долейте воды и тушите в закрытой посуде на медленном огне. В то время как тушится мясо, нашинкуйте краснокочанную

капусту, порежьте лук колечками и выложите к куропаткам. Залейте все это 1/2 стакана кипяченой воды и ставьте тушиться на медленный огонь. Добавьте остаток жира, муку, уксуса и соль по вкусу. Через 5 минут блюдо можно подавать на стол.

Вам потребуется:
куропатка — 2 шт.,
жир — 100 г,
лук — 1 шт.,
краснокочанная капуста — 1 кг,
мука — 1 ст. л.,
соль, уксус, пряности, можжевельник по вкусу.

## ТЕТЕРЕВА В СМЕТАНЕ

Двух обработанных тетеревов натрите солью и обжарьте, подрумянивая на раскаленном жире, со всех сторон. После того как они подрумянились, разделите их на 4 равные части. Нарезанные куски уложите в кастрюлю и залейте оставшимся после жарки жиром. Подливая немножко воды, начните тушить на медленном огне. Обязательно закройте кастрюлю крышкой. Теперь поджарьте 1 ст. л. муки и смешайте ее со сметаной (1,5 стакана сметаны будет достаточно). После того как мясо потушилось (проверьте ножом — мясо должно легко протыкаться), залейте в него сметану и потушите еще несколько минут. Солите по вкусу.

Подавайте тетеревов на продолговатой посуде, украшая разной зеленью.

Вам потребуется:
тетерева — 2 тушки,
мука — 2 ст. л.,
сметана — 1 ст.,

## ДИЧЬ С ЯБЛОКАМИ

Приготовление дичи с яблоками осуществляется следующим способом: возьмите дикого гуся, обработайте его и натрите солью. Начините тушку небольшими кислыми яблоками, если яблоки большие, то разрежьте их на части и зашейте отверстие. Налейте на противень немного воды и, положив на нее гуся, обжарьте его в духовке, постоянно поливая образующимся соком. По мере обжаривания добавляйте в сок воды, сохраняя первоначальный уровень жидкости. Через 2 часа проверьте мясо на готовность, используя при этом нож.

Подавайте к столу под сметанным соусом или майонезом.

Вам потребуется:
дикий гусь — 1 тушка,
яблоки — 5– 10 шт.,
масло — 70 г,
соль по вкусу.

## СУФЛЕ ИЗ РЯБЧИКОВ

Возьмите трех обработанных рябчиков, отделите мясо и варите до готовности. Пропустите вареное мясо через мясорубку сделайте фарш.

Свежую булку замачите в молоке, выжмите и хорошо перемешайте с готовым фаршем, сливочным маслом, яйцами, сливками и посолите по вкусу. Влейте смесь в форму, которую предварительно смажьте маслом, и поставьте над паром. Через 5 минут суфле будет готовым.

Вам потребуется:
рябчик — 3 тушки,
батон — 1 шт.,
масло — 100 г,
яйца — 4 шт.,
молоко — 1 стакан,
сливки — 2 стакан,
соль по вкусу.

## ПРАЗДНИЧНЫЕ БЛЮДА ИЗ ДИКОЙ ПТИЦЫ

### *КУРОПАТКИ «ПАРНАС»*

Обработанных куропаток натрите солью. Нарежьтеь сало тонкими и, по возможности, широкими ломтиками. Облепите равномерно этими ломтиками куропаток и закрепите сало нитками. Начинайте обжаривать куропаток на хорошо разогретом масле. При этом следите за равномерностью обжаривания. После того, как куропатки будут готовы, удалите нитки и ломтики сала. Разделите куропаток на равные части, затем положите их в духовку и запеките до образования румяной корочки.

На сковородку, где жарилась дичь, налейте куриный бульон и прокипятите его. Процедите получившийся сок через сито залейте его в соусник.

Потроха куропаток обжарьте в масле и пропустите через мясорубку, разотрите их с соусом и намажьте на обжаренные

ломтики белого хлеба. Сверху уложите готовых куропаток. На гарнир подайте зеленый салат, заправленный по-польский.

Приготовление салата по-польски: для приготовления салата используйте разнообразную зелень (петрушку, сельдерей, укроп, зеленый лук и т. д.). Зелень сверху полейте заправкой и посыпьте нарезанным белком и укропом. Заправка приготавливается следующим способом: вареный желток растирают с сахаром и горчицей, добавляют уксус. Все это нужно хорошо перетереть, чтобы сахар полностью растворился. Добавьте сметаны и соли по вкусу.

Вам потребуется:
куропатки — 5 тушек,
топленое масло — 2 ст. л.,
батон — 1 шт.,
свиное сало — 100 г,
куриный бульон — 3 стакана.
Для салата:
салат — 300 г,
сметана — 1 стакана,
соус — 1/4 стакана,
сахар — 1 ст. л.,
яйцо — 1 шт.,
зелень, горчица, соль по вкусу.

## *СЫР ИЗ ДИЧИ*

Обработанную тетерку необходимо обжарить до полной готовности в сливочном масле, остудить и отделить все мясо от костей. Мясо пропустить через мясорубку. Затем возьмите сливочное масло и перемешайте его с получившимся фаршем. Поставьте миску, в которой перемешивали мясо, на лед и на льду продолжите взбивать, добавляя постепенно тертый сыр, остывшее масло, оставшееся после обжарки, перец и вино. Сыр будет считаться готовым тогда, когда взбиваемая масса побелеет и станет пышной. Готовому сыру придайте форму, переложите на тарелку, остудите в холодильнике.

Вам потребуется:
тетерев — 1 тушка,
сливочное масло — 200 г,
сыр — 300 г,
вино — 50 г,
соль и перец по вкусу.

## *ПЕРЕПЕЛКА «А-ЛЯ ЧЕХИЯ»*

Если вы вернулись с охоты, на которой вам крупно повезло с перепелами, то большой грех не отметить это событие, самым лучшим образом. Для этого будем готовить перепелов в сметане с сырными кнелями.

Перепелов очистите, выпотрошите и вымойте, а затем натрите солью, чесноком и обжарьте в масле со всех сторон до появления румяной корочки. Потом положите их в кастрюлю и подлейте бульона. Кастрюлю с перепелами поставьте на медленный огонь и тушите их до полной готовности. В масло, на котором жарились перепела, насыпьте муки, добавьте соли и хорошо все перемешайте, обжаривая муку. После того как мука обжарилась, залейте в сковородку 2 стакана куриного бульона, добавьте сметаны и перемешайте все до густой и однородной массы. Посолите по вкусу и залейте этим соусом тушеных перепелов. На гарнир подайте сырные кнели.

Сырные кнели приготавливаются следующим способом: расзотрите желтки и смешайте их с тертым сыром и манной крупой, посолите по вкусу и поставьте отстояться на 2–3 часа. Затем смешайте со взбитыми яичными белками. Выложите эту массу на чистую салфетку и придайте ей форму. Затем заверните ее в салфетку, концы котороой крепко завяжите ниткой и поместите в кипящую воду. Признаком готовности кнелей будет их всплывание на поверхность. Достаньте их, дайте остыть и нарежьте небольшими ломтиками. Кнели уложите вокруг готовых перепелов. Блюдо готово.

Вам потребуется:
перепела — 20 шт.,
масло — 200 г,
мука — 3 ст. л.,
сметана — 200 г.
Для кнелей:
сыр — 250 г,
манная крупа — 150 г,
яйцо — 4 шт.

## *ДИКИЙ ГУСЬ В ВИНЕ*

Хорошо обработанного гуся уложите вместе с кусочками сала в гусятницу и запекайте в духовке до готовности. После того как гусь подрумянится, отлейте половину масла и осторожно влейте в гусятницу вино. Закройте посуду крышкой и продолжайте

запекать. Готового гуся разрежьте на части и гарнируйте его фаршированными кочанами капусты небольших размеров.

Приготовьте гарнир следующим способом: отварите несколько целых кочанов без кочерыжек в подсоленной воде в течение 20 минут, затем выньте их и облейте холодной водой. Уложите в капустные листья мясной фарш, заверните его и доварите в бульоне до готовности.

Вам потребуется:
гусь — 1 шт.,
масло — 200 г,
сало — 100 г,
бульон — 1/2 стакана,
соль, специи по вкусу
капуста — 500 г

## *ПЕРЕПЕЛА ТУШЕННЫЕ В ВИНЕ*

Предварительно нарежьте сало тонкими и, по возможности, широкими кусочками. То же самое проделайте с телятиной. Затем смажьте дно кастрюли маслом, уложите в нее ломтики сала, а поверх него — ломтики телятины. Мясо засыпьте зеленью и луком. Обработанных перепелов очень плотно уложите поверх телятины. Долейте к перепелам вина и бульон и плотно закройте кастрюлю крышкой. Поставьте кастрюлю на медленный огонь и тушите до готовности. После того как мясо будет готово, его красиво уложите на блюдо, залейте соусом и положите сверху зелень.

Вам потребуется:
перепела — 10 шт.,
телятина без костей — 300 г,
сало — 200 г,
масло — 150 г,
красное вино — 150 г,
лук — 1 шт.,
куриный бульон — 1,5 стакана,
укроп — 1 пучок
соль, специи по вкусу.

## *МАРИНОВАННАЯ ДИЧЬ*

Изжарьте перепелов на хорошо прогретом масле до румяной корочки, и положите их остывать.

Далее вам необходимо заняться приготовлением маринада. Для этого отварите в воде нашинкованный лук. Добавьте к отвару перец, лавровый лист, сахар и посолите по вкусу. После того как все это хорошо проварится, в отвар залейте вина и уксус. Затем этот маринад снимите с огня и дайте остыть.

Остуженных перепелов, по возможности, плотно уложите в чистую банку и залейте их маринадом. Затем банку закройте и поставье в темное холодное место на несколько дней. После выдержки, — перепела готовы. Перед подачей перепелов к столу, их нужно протереть чистой салфеткой, удаляя с поверхности маринад, затем уложить их на блюдо, гарнируя зеленью и квашеной капустой.

Вам потребуется:
перепела 10 тушек,
масло — 100 г,
Состав маринада:
6%-ный столовый уксус — 1 стакан,
вода — 250 г,
красное вино — 1 стакан,
лавровый лист — 3 шт.,
лук — 1 шт.,
сахар 2 ст. л.,
перец — 1 ч. л.,
соль по вкусу.

## *ЗАГОТОВКА ПТИЦЫ ВПРОК*

Суть заготовок птицы впрок заключается в том, чтобы сохранить столь полезное и диетическое мясо к тому времени, когда свежая дичь будет недоступна.

Основные способы сохранения мяса птиц — это копчение, маринование, соление и тушение с последующей консервацией.

## *КОПЧЕНЫЙ РУЛЕТ ИЗ ДИКОГО ГУСЯ*

Возьмите обработанного гуся, мясо отделите от костей (это лучше сделать, если предварительно разрезать целого гуся на 4 равных части). Мясо натрите смесью соли и сахара и добавьте по вкусу перец. Сверните мясо в рулет и закрепите его нитками. Рулет положите в посуду и, посыпав солью, оставьте его на несколько дней, затем закоптите его в горячем дыму до готовности. Такую копченость хранить можно очень долго. Перед

подачей к столу рулет нарезают небольшими ломтиками.

Вам потребуется:
гусь — 1 тушка,
соль — 200 г,
сахар — 15 г,
перец по вкусу.

## *СОЛЕНИЕ ДИЧИ*

Для засолки дичи ее необходимо хорошо очистить, нарезать на равные части средней величины и натереть солью и специями. Уложите мясо в большую и чистую посуду, засыпьте его солью. Залейте рассолом, в состав которого входят соль, уксус, специи и зелень. Используйте охлажденную кипяченую воду. Поставьте на засоленное мясо гнет так, чтобы выступил рассол, и следите за тем, чтобы на его поверхности не появлялась плесень. В таком состоянии мясо может храниться очень долго. Хранить такую засолку лучше в темном и холодном месте.

Перед использованием соленого мяса нужно промыть водой. Если мясо получилось слишком соленым, тогда его отмачивают в воде несколько часов.

## *КОПЧЕНИЕ ДИЧИ*

Для сохранения дичи впрок ее коптят в горячем дыму до готовности. Перед копчением птицу очищают, промывают, натирают солью и специями и оставляют мясо в прохладном месте на несколькот часов впитать соль. Натирать солью нужно с внутренней и наружной стороны тушки дичи. Храните копченую дичь на холоде и свежим воздухе.

При тушении дичи впрок очень важно правильно ее засолить. Тушенка приготавливается на медленном огне, в хорошо соленой воде с добавлением лаврового листа и перца по вкусу. Варить тушенку приходиться довольно долго — около 2–3 часов. При необходимости, если дичь недостаточно жирна, вы можете добавить свиной или говяжий жир. Чистыми приборами отделите мясо от костей.

Консервировать мясо надо в горячем состоянии. Очень тщательно мойте и дезинфицируйте паром или кипятком банки и металлические крышки вместе с прокладками, для того чтобы избежать случая пищевого отравления. Храните тушенку в прохладном месте, защищая ее от попадания прямых солнечных

лучей.

## *ХОЛОДНОЕ ИЗ КУРОПАТОК*

В обливной глиняный горшок положите тонко нарезанные кусочки сала. Уложите в горшок обработанных, нарезанных и посоленных куропаток, обложите сверху салом, залейте их вином и залепите горшок ржаным тестом. Поставьте горшок в духовку на слабый огонь и готовьте в течение 10–12 часов. После чего остудите и подавайте к столу в качестве закуски.

Вам потребуется:
куропатки — 5 шт.,
сало — 150 г,
лук — 1 шт.,
лавровый лист — 2 шт.,
красное вино — 700 г.

Раскрывая секреты приготовления дикой птицы мы надеемся на то, что из вас получится лучший кулинар, из всех, кто сумеет осуществить в реальности задуманное.

## ЖИВОТНЫЕ

Удачная охота обязательно закончится тем, что тушка какого-нибудь лесного зверя рухнет у ног счастливого охотника. Вкусный обед или ужин обеспечен не только самому любимцу Дианы — богини охоты — но и его семье, друзьям.

А если в скором времени намечается какое-нибудь торжество, на котором в обязательном порядке будет приглашено достаточно большое количество гостей, то охота на крупного зверя — вещь просто необходимая.

Однако прежде чем передать «плоды» своих трудов в умелые руки хозяйки или приняться самому за кулинарное творчество на кухне, обязательно нужно для этого свою добычу «подготовить».

Кто бы ни был вашей «пойманной» дичью — заяц, лось, олень, косуля или медведь — необходимо произвести несколько операций, позволяющих впоследствии приготовить ароматное жаркое, способное свести с ума даже самых требовательных знатоков «дикой кухни».

Но прежде всего молодому охотнику необходимо усвоить несколько «главных» правил, пользуясь которыми он сможет не только похвалиться своим близким и друзьям «пойманной за хвост» удачей, но и не ударить в грязь лицом перед «старцами русской охоты», моментально определяющими по

приготовленному угощению характер самого охотника.

Зачастую многие молодые люди, приобретая в специальном магазине новенькое, блестящее охотничье ружье, уже считают себя настоящими охотниками и, оказавшись со своей охотничьей группой в лесу, начинают (безо всяких на то оснований) палить направо и налево ради «меткого выстрела» и личного престижа.

А ведь такие чудо-охотники даже не догадываются, почему мясо «просто расстрелянной» дичи никогда не бывает мягким и ароматным, как бы его ни старались приготовить даже самые лучшие кулинары.

Ответ на этот вопрос довольно прост: к подобного рода неприятностям приводит несоблюдение самого главного и, можно даже сказать, «золотого» правила охотников, которое гласит: «Бей дичь по потребности, дабы не быть битым самим!»

Дело в том, что мудрая природа наказывает жадных охотников весьма хитроумным способом: мясо животных ни с того, ни с сего начинает быстро портиться, и все труды человека сохранить его напрасны. Поэтому, перед охотой, необходимо определить, на какого зверя «нужно идти», и других при этом не трогать.

Правило второе: после того как зверь обнаружен и загнан в необходимое для убоя место, охотник должен одним выстрелом поразить «живую мишень», чтобы животное не мучилось от боли и не страдало.

К тому же не стоит забывать, что крупные дикие звери часто бросаются на охотников даже из-за незначительной раны, и тогда становится неизвестным, кто же на кого охотился в действительности.

Если же все-таки зверя серьезно подранили, необходимо его сразу добить. Это делается отчасти из-за «гуманных» соображений, но в большей степени по причине того, что выброшенный в кровь животного в огромном количестве адреналин портит мясо, и оно становится жестким и неприятным на вкус.

Поэтому, после того как охотник пристрелил зверя, обязательнейшим образом нужно слить кровь непосредственно на месте, а уже потом произвести все дальнейшие операции.

Часто первой добычей охотников-новичков становится заяц, который является, как известно, двойной охотничьей удачей — нежное диетическое мясо и пушистый мех.

Заячий пух и шкурки очень широко используются как в России, так и во многих странах — в большинстве в Скандинавских, — где зима достаточно сурова. Из заячьих шкурок шьют шапки, шубы, тулупы. Но для таких целей нужны

шкурки больших и средних размеров, без дефектов, возникающих при свежевании тушки, с густым и длинным мехом.

Шерсть этого животного также используется для вязанья: шарфиков, носков, шапочек и варежек. Некоторые умелицы-мастерицы связали из заячьей шерсти свитера своим охотникам, чтобы им не было холодно вдали от дома.

Как утверждают опытные охотники, самый лучший заяц идет к началу зимы и в конце весны, когда он меняет «одежку». Это происходит в октябре и марте, но нужно выждать время для того, чтобы заячий пух набился, стал густым и сочным.

Качественно обработанные заячьи шкурки и мех очень ценятся, поэтому к начальному процессу — снятие шкурки — необходимо отнестись с творческим подходом, старательно и не спеша.

Кстати, об этом нужно помнить и тогда, когда вы будете целиться из охотничьего ружья в зайца: старайтесь при выстреле не промахнутся, но при этом и не продырявить шкурку в самом центре.

Определяется качество заячьего меха по следующим параметрам: густота ворса, не слишком ли потрепан он о ветки и сучья, нет ли сбившихся шерстяных клочков. Особое внимание нужно обратить на то, как сильно пострадала шкурка от меткого выстрела или от травли животного собаками. Осмотр меха производится охотником, естественно, после стока крови.

Чтобы спустить из зайца кровь, необходимо перерезать ему горло (артерию) и немного подождать, пока кровь стечет.

После этого добычу подвешивают за задние лапы на пояс или на посох и приносят домой для дальнейшей обработки, которую обычно производят на открытом воздухе. Но можно разделать тушку непосредственно на месте.

Для этого добычу подвешивают за задние лапы на невысоких и крепких ветках, находящихся на одинаковом уровне, спинкой к дереву. За передние лапы зайца вытягивают вниз с помощью какого-либо груза, привязанного к каждой лапе.

Для снятия шкурки и общей обработки добычи вам понадобится пара острых ножей разной длины: один большой, а другой поменьше.

Маленьким ножом прорезают вокруг лапок неглубокую полоску так, чтобы шкурку можно было бы отделить от мяса, после чего шкурку подрезают ниже коленного сустава и на внутренней стороне лап — до заднепроходного отверстия. Затем аккуратными неспешными надрезами ее отделяют от мяса и снимают с хвоста и лап.

У основания ушей и глаз делают дополнительные надрезы, а

после, помогая ножом отделяться шкурке от мяса, ее стягивают, как чулок, от задних лап к голове и снимают с головы.

Отделенную от тушки шкурку откладывают в сторону, очищают от крови и слизи большим ножом и обильно солят ее внутреннюю часть. Соль снизит концентрацию неприятного запаха даже в самый жаркий день, но можно добавить еще и сок чеснока.

Когда вся тушка будет очищена от шкурки, голову зайца отрезают, предварительно подставив для крови какую-нибудь посуду.

Если охотник намеревается увековечить свою добычу и сохранить голову зайца для потомства, то еще при разделывании ее необходимо обильно посолить во внутренней части. А уже потом можно непосредственно заняться изготовлением мумии или чучела зайца.

После проделанных операций необходимо тушку распотрошить. Для этого ее укладывают на разделочную доску и вскрывают ножом брюшную полость. Затем вынимают внутренности и отрезают от заднепроходного отверстия кишки.

Сердце, легкие, печень, почки откладывают в отдельно приготовленную заранее тарелку. Желчный пузырь отделяется с предельной осторожностью: нарушение ее оболочки будет способствовать вытеканию желчи, и мясо может быть безнадежно испорчено.

После этого отрезают лапы и промывают тушку в воде. Если охотнику предстоит достаточно долгий путь домой вместе со своей добычей, то после ее промывки необходимо дождаться полного стока воды, а затем протереть тушку сухой и чистой тряпкой (или салфеткой) и немного подсолить.

Когда же охотник решил отпраздновать свою удачу непосредственно в лесу, то необходимо сразу же после вышеуказанной операции произвести разделку тушки: от почечной части отделяют брюшные мышцы, затем их отрезают вместе с окорочками и кладут в рассол с добавлением уксуса.

При приготовлении какого-либо блюда из зайца необходимо помнить, что задняя часть туши, всегда нежнее передней. Она превосходно подходит и для жарки, и для тушеных блюд.

Переднюю часть лучше потушить или отварить, затем пропустить через мясорубку вместе с вареными сердцем, печенью, почками или легкими — в зависимости от желаемого вкуса. Из всего этого приготавливают паштеты, мясные фаршированные блюда или блюда под соусом.

А если охотник завалил, например, кабана? То, конечно же, прежде всего ему необходимо проделать те же самые операции, и

с зайцем: слить кровь, а уже потом произвести обработку.

Обработка производится следующим образом: кабана подвешивают за задние ноги, а затем выше коленного сустава — между костью и сухожилием — проделывают отверстия ножом, куда вставляют палку и привязывают к ней посередине веревку.

Кабана поднимают, используя рычаг в виде крепкого сучка или дубинки, и привязывают другой конец веревки к пню или дереву, чтобы туша не упала при обработке.

После того как кабана подвесили и надежно закрепили держащую его веревку, паяльной лампой или газовой горелкой тушу опаливают и насухую чистят ножом.

Затем необходимо произвести вторичное опаливание и окончательную чистку, но уже с применением теплой воды до того момента, пока кожа кабана не станет светлой и чистой, без щетинок.

Чтобы не повредить желчный пузырь и не испортить этим мясо, аккуратно вскрывают тушу путем продольного ее надреза ножом в районе живота.

Затем отрезают голову, ноги в суставах колен, разрезают почечную часть, которая делится затем пополам по позвоночнику. Посередине рубится задняя часть на окороки. Внутренние органы откладываются в отдельную тарелку. А перед тем как сварить мясо кабана, его тушу необходимо замариновать в соли.

Подобным способом разделываются тушки и других диких животных — оленя, косули или медведя, — только без процесса подвешивания.

Чтобы удобно было снимать шкуру и при дальнейшей обработке переворачивать тушу животного, которое весит достаточно много, охотникам необходимо соорудить специальное приспособление.

Для этого нужно заранее изготовить из крепких молодых деревьев четыре рогатины (ими можно будет, к тому же, защититься, если ружья или ножа не окажется под рукой в нужный момент), а также два шеста.

После того как зверя загнали, его тушу «помещают» в «коробочку», то есть напротив каждой лапы (или ноги) устанавливают рогатину — если мысленно связать их опорные точки, то можно получить прямоугольную фигуру.

Затем в промежуточный паз рогатин (на две — со стороны одного бока животного и на две — с другого) укладываются шесты и закрепляются веревкой.

Потом ноги (или лапы) животного — естественно, после слива крови — раскидываются в разные стороны и привязываются к установленным на рогатинах шестам.

А чтобы тушка животного не моталась при частичном подвешивании и по причине своего веса не сломала «коробочку», под ее бока подкладывают пару бревен для фиксации. После уже можно приступать к дальнейшим операциям.

Шкуру с туши оленя, косули или лося снимают таким же образом, как и при работе с тушкой более мелкой добычи — зайца. А вот дальнейшая обработка производится в точности, как с тушкой кабана.

Для того чтобы снять шкуру со спины животного, необходимо приподнять тушу при помощи шестов и рогатин чуть выше места ее начального расположения либо отвязать все ноги (или лапы) и положить тушку на один бок, предварительно убрав фиксирующие бревна.

Затем, после проделанной операции снятия шкуры, тушу переворачивают на другой бок для такой же процедуры.

После снятия шкуры с добычи охотники отрезают животному голову. Как только в подставленную для этого емкость стечет оставшаяся часть крови, можно будет приступить к потрошению дичи.

Осторожно, чтобы не испортить мясо добычи желчью, которая может вытечь из пузыря при его нечаянном прорезе, вспарывается брюхо. Затем аккуратно вынимаются все внутренности и пригодные из них для дальнейшего пищевого употребления откладываются в отдельно приготовленную посуду.

Остальные потроха вместе с кровью закладываются в глубо вырытую яму (желательно под какой-нибудь пень) и засыпаются землей и мхом.

Кроме этого, мясо своей добычи — будь это заяц или олень — можно уберечь от порчи в жаркий летний день и транспортировать домой в хорошем виде и качественном состоянии.

Для этого необходимо цельную или расчлененную тушку (в зависимости от вида животного) завернуть в хлопчатобумажную ткань, обильно смоченную раствором уксуса. Мясо при этом будет охлаждаться раствором, а уксусная кислота — препятствовать развитию бактерий.

В условиях домашней кухни мясо подвергается более тщательной обработке перед приготовлением определенного блюда, однако не стоит все «сваливать» на хозяйку.

В процессе разделки тушек животных непосредственно в лесу очень важно аккуратно и тщательно очистить их от шерсти, чтобы на тушке не оставалось клочков шкуры с торчащими пучками — хозяйке меньше хлопот будет на кухне, да и жаркое подоспеет быстрее.

Кстати, следует неукоснительно соблюдать последнее, но не менее важное правило охотника: «Не оставляй своих следов!»

Это значит, что все отходы, оставшиеся после процесса обработки тушки животного в лесу, нужно закопать в глубокой яме, в стороне от охотничьих троп и часто посещаемых человеком мест.

Соблюдение охотником специально определенных экологических норм и своеобразных «похоронных» обрядов никогда не будут осуждены природой, да и совесть его будет чиста!

Кстати, находясь в лесу впервые, не старайтесь палить из своего ружья в случайно обнаруженное вами животное: убедитесь для начала, не принесут ли эти действия вреда вам же самим.

Так что прежде чем приложиться по зверю, убедитесь, что он «свободный» и на него разрешена охота в месте вашего нахождения на лесной территории — вдруг это заповедник…

## БЛЮДА ИЗ ДИЧИ

### *СУПЫ*

Супы и бульоны могут готовиться из свежего, соленого, копченого мяса. Для этого используйте мясо и кости любых диких животных, которые стали вашей добычей. Неискушенные люди практически не отличают мясо зайца от мяса кролика. Оленина, мясо лося, косули, медведя по стуктуре волокон напоминают мясо домашних животных, но тонкий привкус, незначительная жесткость и сухость — их отличительные признаки. Охотники считают, что мясо дичи самое вкусное. Пожалуй, с этими гурманами стоит согласиться.

Для супа используйте кость с необходимым количеством мяса на ней. Для бульона отберите большие трубчатые кости, у которых отрубите только вертлюги. Кости, перед тем как поставить вариться, измельчите до таких размеров, чтобы они могли свободно поместиться в кастрюле или котле.

Самое главное для супа, его основа — это бульон. Его можно приготовить из костей с мясом, а также из одних костей, если мясо вам не понадобится. Костный бульон можно готовить только из крупной дичи. Лучше всего для этой цели подходят олень и лось. Их кости наваристые и дают жирный чистый бульон.

### *БУЛЬОН ИЗ ОЛЕНЬИХ КОСТЕЙ*

Кости для бульона промойте в холодной воде, разрубите до нужных размеров. Для приготовления бульона в большом количестве возьмите котел или большую кастрюлю. В посуду положите кости и залейте их водой. При этом обязательно учтите, какой объем бульона вам понадобится, и налейте на 6-10 % воды больше. Этим вы покроете то количество бульона, которое выпарится при варке.

Для того чтобы бульон поскорее закипел, поставьте его на средний огонь и накройте крышкой. При температуре близкой к температуре закипания, появляется серая пена — накипь. Серая пена сама по себе — это растворившиеся белки, которые нежелательно употреблять в пищу и рекомендуется удалять. Бульон в таком случае будет чище, не будут встречаться серые хлопья. Поэтому не пропустите этот момент и шумовкой снимите «пенку». Если бульон с серой пенкой закипит, то картина после этого будет довольно неприглядная. Накипь осядет на стенках котла и будет хлопьями плавать в бульоне. Поэтому «не проспите» важный момент в приготовлении бульона.

После этого не накрывайте котел крышкой, доведите бульон до кипения, периодически убирая из бульона серую пенку и жир, потому что он при варке разлагается и придает бульону сальный привкус и запах. Но жир снимайте не полностью, тонкую пленку на поверхности бульона обязательно оставьте. Она будет задерживать улетучивание ароматических веществ из бульона при варке. После того как бульон закипит, посолите его по вкусу, убавьте огонь и частично прикройте крышкой котел.

После 20–25 минут кипения бульона добавьте пряности и ароматические коренья. Лавровый лист помойте под холодной водой и бросьте в кипящий бульон. Кроме этого, вам понадобятся луковица и морковь, очистите их и измельчите. После чего добавьте в бульон. Бульон варите 4–5 часов. За час до окончания варки добавьте в бульон измельченную петрушку, сельдерей, несколько горошин черного перца. После окончания варки процедите бульон через сито. Можно также для процеживания самостоятельно приготовить нужное приспособление.

Для этого возьмите чистую марлю, сложите ее в 2–3 слоя и закрепите края ниткой. Опустите ее в горячую воду и натяните на какой-либо посудой, в которую вы собираетесь переливать бульон. Чтобы не обжечься, половником набирайте бульон в котле и процеживайте через марлю.

Вам потребуется:
мясные кости — 700 г,
вода — 6 л,
луковица — 1–2 шт.,

морковь — 30 г,
лавровый лист — 2–3 шт.,
петрушка — 15 г,
сельдерей — 20 г,
черный перец горошком — 3–4 шт.,
соль — по вкусу.

## *МЯСО-КОСТНЫЙ БУЛЬОН*

Если вам понадобится не только сочный бульон, но и мясо, то отварите кости с некоторым количеством мяса (в зависимости от необходимости). Мясо с костями хорошенько промойте под холодной проточной водой и порежьте или порубите на средние куски. Бульон будет наваристей, если вы порежете мясо мелко. Но при этом дичь будет сухая и несочная, поэтому оптимальный вариант — куски средней величины. В таком случае и бульон получится великолепный, и мясо из него будет вкусным.

В котел или большую кастрюлю положите приготовленные мясо и кости, залейте водой и накройте кастрюлю крышкой. Доведите бульон до температуры 70–80 градусов, в этот момент снимите накипь. Закипевший бульон посолите, добавьте в него измельченный лук, морковь, лавровый лист. Продолжайте варку на среднем огне до полной готовности мяса. О том, что бульон готов, узнайте по мясу: если оно легко отделяется от кости, значит, варку бульона пора завершать.

За 15–20 минут до окончания варки добавьте в бульон специи: хмели-сунели, кориандр, петрушку, горошины черного перца. Мясо выньте из котла, отделите от костей и измельчите. Подайте его отдельно или в сочном и ароматном бульоне. Также вареное мясо вы можете использовать для приготовления мясных начинок, запеканок и других мясных блюд.

Вам потребуется:
мясо и кости — 900 г,
вода — 6 л,
лук — 1–2 шт.,
морковь — 30 г,
лавровый лист — 1–2 шт.,
хмели-сунели — 3 г,
кориандр — 1/2 ч. л.,
черный перец горошком — 3–4 шт.

Бульоны вы можете использовать как основу для супов с овощами, с мучными изделиями, бобовыми и другими заправками. А также вы можете подавать чистый бульон с

петрушкой и другой зеленью отдельно к фрикадельками, пирожкам с мясом, к клецкам и к пельменям.

## *СУП «УДАЧНАЯ ОХОТА»*

Из зайца вы можете приготовить легкий диетический суп. Для этого возьмите заднюю часть тушки, промойте ее хорошенько. Если есть необходимость, разделите на 2–3 части. Положите мясо в котел или кастрюлю. Залейте содержимое необходимым количеством воды, накройте крышкой и поставьте на средний огонь. Через некоторое время до закипания бульона шумовкой снимите серую «пенку», немного посолите бульон и добавьте лавровый лист.

Кипящий бульон посолите, добавьте луковицу, очищенную от шелухи, но не разрезанную и морковку, которую следует предварительно порезать тонкой соломкой. После закипания бульона, варите его на слабом огне, но таком, чтобы бульон хорошенько прокипал. После 10 минут варки добавьте в суп грибы. Лучше использовать боровики. Перед тем как добавить их в суп, хорошенько очистите и промойте водой. Если есть необходимость, переберите.

Немного прибавьте огонь, чтобы суп быстрее закипел. Варите суп до тех пор, пока грибы не станут мягкими, т. е. максимально приблизятся к готовности. Луковицу из супа выньте шумовкой. После чего в бульон добавьте картофель, очищенный и порезанный небольшими дольками. Картофель сварится через 10–15 минут.

Перед готовностью добавьте в суп зелень петрушки, сельдерей, измельченные листья шпината и консервированный зеленый горошек, а также поперчите суп по вкусу. И если есть необходимость, добавьте еще немного соли. Лук-порей очистите и порежьте мелко, обжарьте его на сливочном масле или маргарине до золотистого цвета. Добавьте лук и масло в суп. Все хорошенько помешайте и варите до полной готовности всех компонентов.

Вам потребуется:
мясо зайца — 600 г,
вода — 3 л,
грибы — 2 ст. л.,
картофель — 250 г,
зеленый консервированный горошек — 1 ст. л.,
лавровый лист — 2–3 шт.,
лук-порей — 150 г,
сливочное масло — 1 ст. л.,

шпинат — 2 ст. л.,
петрушка — 2 ст. л.,
сельдерей — 1 ч. л.,
соль — по вкусу,
черный молотый перец — по вкусу.

## *СУП ИЗ ДИЧИ «ФРАНЦУЗСКИЙ СНЕГ»*

Белый прозрачный суп на французский манер у вас получится из мяса грудинной части косули. Мясо этого животного можно назвать деликатесом, оно очень нежное и приятное на вкус. Кроме этого, из него получается изумительный бульон, он чист и прозрачен, слегка жирноват — как раз то, что нужно для французского супа.

Мясо косули промойте, положите в кастрюлю и залейте водой. Поставьте кастрюлю на огонь и доведите бульон до кипения, не забыв снять «пенку» в нужный момент. Для белого французского супа одна из важных особенностей — чистота бульона. После закипания бульон посолите, добавьте в него две маленькие луковицы, очищенные от шелухи. Луковицы не режьте, пусть они варятся целиком. Накройте кастрюлю крышкой и сделайте умеренным огонь. Бульон должен вариться около пяти часов.

После чего снимите с него излишки жира, если таковые имеются, процедите через волокнистое сито или марлю, сложенную в 3 слоя. Часть бульона отделите в небольшую посуду и отварите в нем коренья петрушки и сельдерея. После варки бульоны соедините, добавьте в суп два взбитых в густую пенку белка. После того как суп превратится в однородную массу, добавьте в него консервированную кукурузу, измельченные коренья.

Для супа отварите два яйца, возьмите только желтки и измельчите их, добавьте в общую массу. Все посолите, поперчите по вкусу. Засыпьте в суп порубленную зелень петрушки и шпината, добавьте спаржи. Все хорошенько перемешайте и в завершение влейте в суп белое вино.

Мясо косули порежьте соломкой и добавляйте в каждую тарелку супа. К супу подаются гренки или пирожки. В холодное время суп можно немного подогреть, но не доводить до кипения.

Вам потребуется:
грудинка косули — 750 г,
вода — 3 л,
яйца — 4 шт.,

белое вино — 1 стакан,
консервированная кукуруза — 3 ст. л.,
спаржа — 5 шт.,
зелень петрушки — 1 ст. л.,
зелень шпината — 1 ст. л.,
лук — 2 шт.,
соль — по вкусу,
черный молотый перец — 1/3 ч. л.,
корень петрушки — 2 г,
корень сельдерея — 2 г.

## *СУП ИЗ МЕДВЕЖАТИНЫ «СИБИРЯК»*

Мясо медведя особое, не все люди оценят его вкусовые качества с первой пробы. Кроме этого, большое значение имеет и кулинарное мастерство хозяйки, которая должна великолепно справиться с трудной задачей — приготовить из медведя, добытого на охоте славным хозяином, вкусный суп.

Суп из медвежатины готовился с древних времен народами, живущими в тайге. Тайга была для этих людей кормилицей, и они умели пользоваться ее дарами. В давние времена момент его приготовления считался волшебным обрядом. Молодые жены охотников, которые только постигают эту сторону кулинарии — блюда из дичи, — могут просто научиться готовить необыкновенно вкусный суп из медвежатины и убедиться, что для этого быть колдуном или шаманом не обязательно.

Древний рецепт супа из медвежатины претерпел во времени некоторые изменения, которые его приблизили к кулинарии современности и сделали еще вкуснее. Для приготовления этого супа вам понадобится реберная часть тушки. Промойте ее, порежьте на кусочки средней величины по 2 ребра в каждом. Посолите и поперчите мясо. В глубокой сковородке растопите масло и обжарьте на нем ребрышки с двух сторон до румяной корочки.

Обжаренное мясо положите в котел или в кастрюлю и залейте необходимым количеством воды. Накройте котел крышкой и доведите бульон до кипения. После чего снимите пенку, посолите бульон и добавьте в него очищенную луковицу, лавровый лист и листья мяты. Продолжайте варить бульон на умеренном огне до полной готовности мяса. По мере необходимости накипь и жир снимайте, чтобы избежать запаха. После того как медвежатина будет готова, извлеките ее из кастрюли и начините мясо чесночно-томатной приправой.

Ржаной хлеб порежьте на тонкие ломти и зажарьте в духовке или на сковородке до красного цвета. Залейте хлеб некоторой частью бульона, так, чтобы он свободно покрывал хлеб. Эта жидкость должна постоять час в холодном месте. Выдержите это время, а затем процедите хлебный бульон через мелкое сито и соедините с оставшейся частью бульона.

Морковь и редьку очистите и порежьте мелкой соломкой. Картофель промойте и снимите кожуру. Его тоже порежьте соломкой, но более крупной. Приготовьте фасоль: промойте и переберите ее. Лук-порей почистите и измельчите, обжарьте на сливочном масле. Перловую крупу промойте и замочите в теплой воде на полчаса. По прошествии этого времени поставьте бульон на огонь и доведите до кипения. Вначале добавьте в бульон картофель и фасоль. Через 12–15 минут засыпьте в суп перловую крупу, морковь и редьку. Посолите и поперчите суп по вкусу.

Незадолго до полной готовности засыпьте в суп измельченную петрушку, укроп, влейте свежевыдавленный сок лимона. Все хорошенько перемешайте и доведите до кипения. После того как суп будет готов, разливайте его по тарелкам. Приготовленные ребрышки подайте в отдельной тарелке, украшенной листьями меллисы.

Вам потребуется:
мясо медведя — 800 г,
сливочное масло или маргарин — 2 ст. л.,
вода — 6 л,
картофель — 250 г,
фасоль — 4 ст. л.,
ржаной хлеб — 300 г,
перловая крупа — 250 г,
чесночно-томатная приправа — 1 ст. л.,
морковь — 2–3 шт.,
редька — 30 г,
лимон — 1 шт.,
лук — 2 шт.,
лавровый лист — 4 шт.,
листья мяты — 5–6 шт.,
листья мелиссы — 6 шт.,
петрушка — 1 ст. л.,
укроп — 1 ст. л.,
соль — по вкусу,
перец — 1/3 ч. л.

## *СУП ИЗ ДИЧИ «БЕЛЫЙ»*

Из мяса лося или оленя вы можете приготовить очень необычный, пикантный суп, который по цветовому признаку в народе называют «белым». Он непохож на традиционные, «обыкновенные» супы, которыми никого не удивишь. Этот суп можно даже назвать праздничным, его можно приготовить на торжественный охотничий обед.

Основу этого супа составляет бульон из мяса дикого животного — лося или оленя. Мясо этих животных само по себе немного суховато, но при предлагаемом сочетании продуктов это будет практически не заметно. Сухость мяса смягчается сметаной, которая делает этот суп настоящем лакомством.

Бульон для этого супа готовьте по обычной технологии. Для супа выберите кусок мяса с костью, промойте его под холодной водой и разделите на два приблизительно равных куска. В котел положите мясо и залейте его необходимым количеством воды. Доведите до кипения, аккуратно снимите «пенку» и посолите. В бульон добавьте лавровый лист, листья мелиссы и черный перец горошком. Оставьте бульон вариться на умеренном огне до готовности.

Когда мясо будет легко отставать от кости, считайте, что бульон готов. Снимите его с огня, мясо достаньте на отдельную тарелку и отделите его от кости. Мясо, пока горячее, обработайте специями (хмели-сунели, чесноком), поделите на порции. Бульон процедите через мелкое сито.

Пока бульон варится, вам нужно заняться другим важным делом. В отдельную посуду засыпьте промытую перловую крупу и залейте ее небольшим количеством молока, так, чтобы оно покрывало перловую крупу на 2/3 части. Отварите перловку до готовности, посолите по вкусу. Затем снимите с огня и добавьте сливочное масло. Разотрите перловые зерна добела. Сметану смешайте с хреном, очищенным и протертым через мелкую терку. Затем добавьте в перловую кашу сметану с хреном, залейте бульоном и размешайте до однородного состояния. Попробуйте суп и, по необходимости, досолите и поперчите. Подавайте к столу горячим, с мелко нарезанной зеленью.

Вам потребуется:
дичь — 800 г,
вода — 5 л,
черный перец горошком — 3–4 шт.,
лавровый лист — 3 шт.,
листья мелиссы -5 шт.,
соль — по вкусу,
приправа хмели-сунели — 1 ч. л.,
чеснок — 20 г,

перловая крупа — 4 ст. л. с «горкой»,
молоко — 2/3 ст.,
сливочное масло — 1 ст. л.,
сметана — 1 стакана,
тертый хрен — 20 г,
черный молотый перец — по вкусу.

## *СУП ИЗ РИСА «ДЕЛИКАТЕСНЫЙ»*

Если вашей добычей на охоте стал довольно молодой олень или лось, то бульон будет просто великолепным из головы этого дикого животного. Правильно обработайте ее: очистите от шкуры, удалите уши, язык. Хорошенько промойте голову, а затем замочите ее на 1 час в теплой воде. После этого еще раз почистите голову ножом и сполосните ее под холодной водой. Очищенную голову положите в котел и залейте холодной водой. В котел добавьте столовый уксус, поставьте на огонь и обязательно накройте крышкой.

За несколько минут до закипания снимите серую пенку, посолите бульон и добавьте в него лавровые листья, которые перед этим сполосните водой. Закипевший бульон оставьте вариться на умеренном огне 5–6 часов. Все это время по мере необходимости снимайте накипь и жир, которые появляются на поверхности. Во время варки добавьте в бульон коренья петрушки и сельдерея, а также морковку, очищенную и порезанную четвертинками, и очищенную луковицу.

Когда мясо будет готово, отделите его от костей, порежьте равными кусочками, начините чесноком, черным молотым перцем. На мясо поставьте пресс. Перед употреблением его снимите и уложите мясо на тарелки. Украсьте блюдо листьями спаржи.

Бульон процедите через мелковолокнистое сито. Кастрюлю с бульоном поставьте на сильный огонь. Рис промойте несколько раз проточной водой и залейте кипятком. Тотчас слейте воду и добавьте рис в бульон. Туда же засыпьте мясные фрикадельки, приготовленные из оленьего фарша. Доведите суп до кипения, а потом убавьте огонь. Посолите и поперчите по вкусу, продолжайте варить при умеренной температуре. Незадолго до готовности в суп сливочное масло, измельченную зелень укропа, петрушки.

Вам потребуется:
голова оленя — 1 шт.,
вода — 6 л,

столовый уксус — 1/2 стакана,
рис — 2/3 стакана,
мясные фрикадельки — 200 г,
сливочное масло — 1 ст. л.,
корень петрушки — 10 г,
корень сельдерея — 10 г,
зелень петрушки — 2 ст. л.,
зелень укропа — 1 ст. л.,
листья спаржи — 5–6 шт.,
чеснок — 15 г,
черный молотый перец — 1/3 ч. л.,
соль — по вкусу,
луковица — 1 шт.,
морковь — 25 г.

## *МЯСО, ЗАПЕЧЕННОЕ В ГОРШОЧКЕ И ЦЕЛИКОМ*

Мясо диких животных, добытое в непростом охотничьем приключении, используют не только для приготовления наваристых бульонов, но и в других кулинарных целях. Ограничений в применении мяса оленя, косули и других лесных зверей для первых и вторых блюд практически нет. Из мяса дичи, выдержанного нужное время, можно приготовить вкусные вторые блюда. Один из наиболее популярных способов — это запекать дичь в глиняном горшочке с ароматными специями, картофелем, грибами и т. д.

Для этих целей вы можете использовать ребрышки, грудинку, вырезку, окорок тушки. Мясо оленя, косули и лося, по исследованию ученых, содержит большое количество аскорбиновой кислоты, что очень полезно для организма. Питание именно таким мясом укрепляет сердечные мышцы человека. Но чтобы оно было немного мягче и сочнее, запекают мясо оленя, лося и косули в большинстве случаев со сметаной, майонезом, сливками. Мясо кабана может тушиться в собственном соку; если его недостаточно, то добавляется оливковое масло, лимонный соус и др. Если же в горшке запекается мясо медведя, то соус для этого блюда должен быть просто уникальным, идеально подходящим к медвежатине.

## *МЯСО ОЛЕНЯ «ОСЕННЯЯ ПОРА»*

Возьмите мякоть окорока или вырезку, промойте водой.

Порежьте тонкими брусочками по 8–9 см, посолите и поперчите. Разогрейте сковороду и растопите на умеренном огне 1/3 часть масла или маргарина. Обжарьте на нем мясо и даже немного потушите на умеренном огне, накрыв сковородку крышкой. Через 4–5 минут снимите мясо с огня.

Соленые грузди сполосните, обсушите на сухом полотенце. Порежьте грибы на мелкие части. В сковородке растопите оставшуюся часть масла и на нем обжарьте грибы, добавьте к ним лук, порезанный кольцами, поперчите.

Отварите отдельно яйца, остудите их. Очистите от скорлупы и порежьте на продольные четвертинки. В горшочек на дно положите поджаренное мясо, следующим слоем выложите консервированные оливки, сок которых предварительно слейте, откинув их на дуршлаг.

На оливки засыпьте грибную смесь с луком, посыпьте измельченной петрушкой. Последний слой покройте острым сыром, протертым на мелкой терке. Залейте содержимое горшочка сметаной, накройте крышкой и поместите в горячую духовку на 7-10 минут.

Вам потребуется:
мясо оленя — 500 г,
соленые грузди — 120 г,
яйца — 5 шт.,
лук — 60 г,
сливочное масло — 150 г,
острый сыр — 120 г,
сметана — 1,5 стакана,
соль — по вкусу,
черный молотый перец — 1/3 ч. л.

## *МЯСО КОСУЛИ «ПИЩА БОГОВ»*

Мясо косули промойте, посолите и поперчите по вкусу. Порежьте его небольшими кусочками, как для жаркого. Картофель средней величины очистите от кожуры, промойте и порежьте на половинки. Лук очистите от шелухи и порежьте кольцами шириной 2–3 см. Морковь очистите и порежьте мелкой соломкой. Сладкий болгарский перец промойте, очистите от чашелистика и семян, порежьте небольшими продольными дольками.

Помидоры помойте и порежьте их на четвертинки. Приготовьте горшки и на дно каждого их них положите равные кусочки сливочного масла, лавровый лист, несколько горошин

черного перца. Первым слоем в горшочки положите четвертинки помидоров, на помидоры — незначительную часть лука. Мясо косули положите на лук. Между кусочками мяса положите несколько семян тмина и горчицы. На мясо положите лук, а также измельченную морковь и сладкий перец. Картофель завершает «горшочную башню», на него укладывается оставшийся лук. Горшочки залейте свежими сливками, накройте крышками и поставьте в духовку.

Вам потребуется:
мясо косули — 300 г,
картофель — 250 г,
репчатый лук — 3 шт.,
сладкий болгарский перец — 2–3 шт.,
семена тмина — 1/3 ч. л.,
семена горчицы — 1/3 ч. л.,
сливки — 1,2 л,
морковь — 2–3 шт.,
лавровый лист — 4–5 шт.,
сливочное масло — 150 г,
черный перец горошком — 8 шт.

## *МЯСО МЕДВЕДЯ «ХОЗЯИН ТАЙГИ»*

Вырезку из столь славной добычи, как медведь, промойте и порежьте широкими ломтями толщиной в 3 см. Затем слегка отбейте мясо, посолите и поперчите по вкусу. Лук, морковь почистите. Лук порежьте крупными кольцами, а морковь — брусочками. Картофель очистите от кожуры, промойте и порежьте на четвертинки. Шампиньоны промойте, переберите и крупные грибы порежьте на две половинки. Лимон порежьте кольцами толщиной 2 мм.

В приготовленные горшочки положите равное количество сливочного масла, листья спаржи. Дальше вам предстоит укладывать приготовленные продукты слоями. Первым слоем кладите медвежатину, на мясо бросьте несколько горошин черного перца и часть лаврового листа. Далее в горшок отправляйте кусочки лимона, так, чтобы они полностью покрывали мясо.

Далее положите в горшочек картофель, на него — морковь и некоторую часть лука. Последними будут грибы, равномерным слоем засыпьте их на овощи. Оставшимся луком покройте грибы, посыпьте тертым сыром и залейте специально приготовленным соусом.

Соус готовится на основе мясного бульона из костей медведя. Возьмите спелую красную смородину, переберите ее и промойте водой. Затем перетрите через сито и засыпьте измельченную смородину в металлическую посуду. В смородину влейте красное крепленое вино, бульон от варки медвежатины, добавьте ароматические специи: семена горчицы, корицу, измельченный корень петрушки и сельдерея. Посолите и поперчите соус.

Лимон очистите от кожуры и порежьте тонкими дольками. Добавьте его в соус. Картофельную муку разведите небольшим количеством бульона в отдельной посуде, размешайте, чтобы не было комочков, и влейте смесь в общую массу. Соус поставьте на огонь и, постоянно помешивая, доведите до кипения. После этого залейте соусом содержимое горшочков и поставьте их в духовой шкаф или печь.

Подавайте медвежатину, запеченную в горшочках, с ароматной зеленью. Промойте зелень петрушки, укропа, салатные листья, измельчите ножом и положите на небольшую тарелочку, которую поставьте на стол рядом с горшочком.

Вам потребуется:
медвежатина — 450 г,
картофель — 300 г,
лук — 3 шт.,
морковь — 2–3 шт.,
шампиньоны — 200 г,
острый сыр — 150 г,
лимон — 2 шт.,
лавровый лист — 4 шт.,
черный перец горошком — 4–5 шт.,
сливочное масло — 130 г,
соль — по вкусу,
листья спаржи — 5–7 шт.,
черный молотый перец — 1/2 ч. л.,
Для соуса:
лимон — 1 шт.,
зелень петрушки — 2 ст. л.,
укроп — 2 ст. л.,
листья салата — 4–5 шт.,
картофельная мука — 1,5 ч. л.,
красная смородина — 3 стакана,
красное вино — 1 стакан,
бульон — 1 стакан.

## *ПИРОГИ, ПИРОЖКИ, ПЕЛЬМЕНИ С ДИЧЬЮ*

Из мяса и ливера дичи можно приготовить пирожки и пироги, используя охотничью добычу как начинку. Для мясного фарша вы можете использовать мякоть лопатки, бедра, грудинку, вырезку. Также отличной начинкой для пирогов и пирожков будет ливер оленя, косули и кабана. Эти лакомства можно приготовить из сдобного пресного, дрожжевого и сдобного слоеного теста.

## *ПИРОГ «ТВОРЕНИЕ»*

Каждый пирог начинается с замеса теста. Начните и вы с этого. Масло или маргарин поставьте в теплое место, для того чтобы оно немного подтаяло и представляло из себя мягкую пластичную массу. В это время в отдельной посуде сахар и соль растворите в теплой воде, добавьте в эту смесь яйца и все тщательно перемешайте. После этого небольшими частями добавляйте масло в смесь и тщательно перемешивайте массу. Муку просейте, добавьте в нее пищевую соду. В последнюю очередь всыпьте в водно-масляную массу муку и замесите тесто. Это нужно сделать быстро, в течение минуты, иначе углекислый газ, который выделяет сода, улетучится и пирог не поднимется.

После замеса положите тесто в прохладное место на 10 минут, по прошествии этого времени перемесите тесто и поставьте его снова в холод на 30 минут. А сами займитесь начинкой для пирога. Из мясо-костного бульона достаньте мясо косули или оленя, отваренное до полной готовности, отделите его от костей и порежьте на куски. Затем прокрутите через мясорубку. Лук почистите и измельчите. Сливочное масло или маргарин растопите на сковороде и обжарьте мясо вместе с луком. При этом сковороду обязательно накройте крышкой, а огонь сделайте умеренным. Помешивайте время от времени фарш на сковороде, после 5 минут жарки снимите его с огня.

Фарш посолите и поперчите, добавьте в него пастернак и корицу, все хорошенько перемешайте. Приготовьте форму для выпечки пирога: смажьте ее маслом, посыпьте панировочными сухарями. Возьмите большую часть теста и раскатайте ее в пласт размером с приготовленную форму. Не раскатывайте слишком тонкий пласт, для пирога его толщина должна быть около 4 см. Поместите пласт на сковороду. Это будет легко сделать, если вы обильно посыпете пласт мукой и закатаете его на скалку.

Края пласта, размещенного в форме, несколько загните. Наполните пирог начинкой. Из оставшегося теста раскатайте пласт такой же формы, но гораздо тоньше предыдущего. Накройте им мясную начинку и защипните края пирога. Пирог

сверху смажьте взбитым яйцом и поместите его в нагретую духовую печь или шкаф. Выпекайте при умеренной температуре 20–23 минуты. Мясной пирог подайте к бульону, порезав его на порции.

Вам потребуется:
Для фарша:
отваренное мясо косули или оленя — 400 г,
лук — 3 шт.,
пастернак — 20 г,
корица — 1/2 ст. л.,
соль — по вкусу,
черный молотый перец — 1/3 ч. л.,
масло или маргарин — 1 ст. л.
Для теста:
мука — 2 ст. л.,
масло или маргарин — 150 г,
яйцо — 3 шт.,
вода — 6 ст. л.,
сода — 1/5 ч. л.

## *ПИРОЖКИ «ЛИВЕРПУЛЬ»*

Для начинки пирожков из слоеного пресного теста возьмите сердце, печень, почки и легкие кабана в любой пропорции. Но чтобы ливер был легким, воздушным, нужно обязательно добавить некоторое количество легкого. Хорошенько промойте внутренние органы кабана, положите в глубокую кастрюлю или котел. Залейте холодной водой и поставьте на сильный огонь. Когда вода в кастрюле закипит, сделайте огонь умеренным, снимите накипь и варите ливер до полной готовности.

Отваренные внутренности откиньте на дуршлаг, чтобы стекла вода. Охладите, после чего порежьте кусками. Прокрутите ливер через мясорубку. Лук очистите, порежьте мелко и добавьте в ливер. На сковороде разогрейте масло или маргарин, засыпьте туда ливер с луком и обжаривайте его на умеренном огне, периодически помешивая, до темного цвета. Посолите и поперчите его, перед употреблением дайте ему немного остыть.

Приготовление слоеного теста — дело непростое, но слоеные пирожки стоят этого. Возьмите 3/4 воды, полагающейся по норме, немного подогрейте и засыпьте в нее лимонную кислоту и соль, растворите их в воде. Затем добавьте туда яйца, тщательно взбейте смесь. Муку просейте и засыпьте горкой на столе, сделайте углубление в центре горки и влейте в него яичную

смесь. Замесите тесто вручную, постепенно доливайте оставшуюся воду. Интенсивно вымешивайте тесто на столе до однородного упругого состояния.

Когда эта цель будет достигнута, накройте тесто чистым полотенцем и оставьте на 10 минут. Затем снова повторите обминку. После этой процедуры тесто должно находиться в состоянии покоя еще 20 минут.

Сливочное масло разомните до полного ичезновения твердых кусочков и комков. В масло добавьте муку, для того чтобы она поглотила излишки влаги, содержащейся в масле, и тесто при обертывании не слиплось. Используйте 1 часть муки на 10 частей масла. Тщательно перемешайте масляную смесь и сформируйте ее в прямоугольные пласты толщиной 2–2,5 см. Поместите сливочные пласты в такое прохладное место, чтобы они остыли там до температуры 15 градусов.

Перед обертыванием масла в тесто приготовьте стол, обильно посыпьте его мукой. На выстоявшемся тесте сделайте крестообразный надрез. Разложите тесто на столе в виде прямоугольника. Пласты масла разложите на тесте так, чтобы края немного выступали. После этого раскатайте тесто во все стороны медленно и плавно так, чтобы его толщина была 1–1,5 см. Затем сметите муку с теста и сложите пласт конвертом, снова раскатайте. Сложите пласт в четыре слоя и накройте его чистой салфеткой или полотенцем, пусть оно постоит 20 минут в прохладном месте.

По прошествии этого времени два раза повторите предыдущие действия, складывая пласт вчетверо и раскатывая его до толщины около 1 см. От слоеного теста отрезайте небольшие части и равномерно раскатывайте их. Положите на тесто некоторое количество начинки и крепко защипните края пирожков. Противень смажьте маргарином и выложите на него слоеные пирожки на расстоянии 2–3 см друг от друга краями вниз. В серединке каждого пирожка сделайте прокол вилкой и смажьте пирожки яйцом. Выпекайте немедленно в нагретой духовке при температуре 200–220 градусов около получаса. Пирожки с ливером подаются к любому горячему блюду и как закуска.

Вам потребуется:

Для теста:

мука — 2 стакана,

масло сливочное для прослойки — 350 г,

яйцо — 2 шт.,

лимонная кислота — 1 г,

вода — 1 стакан,

соль — 1/3 ч. л.,
мука для масла — 4 ч. л.,
маргарин — 1 ст. л.
Для фарша:
ливер кабана — 400 г,
лук — 3 шт.,
соль — по вкусу,
перец — 1/3 ч. л.,
маргарин — 50 г.

Из дрожжевого теста вы можете приготовить замечательные пироги и пирожки. Начинкой для них могут быть специально приготовленные фарши из мяса, ливера, грибов и овощей. Т. е. начинку для охотничьего пирога вы можете выбрать на свой вкус.

## *ПИРОЖКИ «ФЕЕРИЯ»*

Бесспорно, самые любимые пирожки — с мясо-грибной начинкой. Такие пирожки очень вкусны, питательны и сочны, они нравятся всем и подходят к разным бульонам и множеству вторых блюд. Именно такие пирожки вы научитесь делать по этому рецепту.

Отварите мясо оленя или лося таким же способом, как для бульона. Затем извлеките из котла и отделите мясо от костей. Мясо мелко порежьте. Лук очистите от шелухи и порежье тонкими полукольцами. Грибы переберите, почистите и промойте. После надлежащей обработки измельчите грибы и высыпьте на нагретую сковородку. Добавьте к ним столовую ложку сливочного масла, накройте сковороду крышкой и потушите грибы до полной готовности.

Затем к грибам добавьте измельченное мясо, лук, посолите и поперчите фарш. Хорошенько перемешайте и протушите его около 15 минут на умеренном огне.

Для пирожков с мясо-грибной начинкой приготовьте дрожжевое тесто безопарным способом. Для этого возьмите некоторую часть теплой воды, а лучше молока, и растворите в ней немного сахара, соли и дрожжи. Для того чтобы дрожжи активизировались, поставьте молочно-дрожжевую смесь в теплое место на полчаса. По прошествии этого времени начинайте замес.

В остальном количестве воды или молока растворите оставшуюся часть сахара, соли, добавьте также яйцо. Все хорошенько перемешайте. Муку просейте, это необходимо для того, чтобы она насытилась кислородом. Кислород попадает вместе с мукой в замешенное тесто и делает его более

воздушным, легким. Из муки сделайте горку на столе с углублением в центре, куда влейте дрожжевую смесь. В процессе замешивания добавьте в тесто растительное масло.

Вымесите тесто в течение 10 минут, тесто после этого должно не прилипать к рукам. Тесто положите в кастрюлю и накройте крышкой. Поставьте в теплое место для брожения. Через каждый час обминайте поднимающееся тесто. Такая обминка нужна для того, чтобы процесс брожения в тесте происходил равномерно, быстрее. В общей сложности вы должны сделать три обминки, после чего приступайте к приготовлению пирожков.

Для того чтобы тесто не перекисло, пока вы будете с ним возиться, охладите его в холодильнике. Смажьте стол маслом и раскатайте на нем маленькие лепешки для пирожков. Толщина лепешек должна быть около 5 мм. На середину лепешки положите приготовленный фарш, затем перегните края лепешки и слепите их, образуя пирожок в форме полумесяца.

На сковороде накалите жир, сделайте огонь умеренным и выпекайте пирожки партиями. Жир по мере надобности подливайте между жаркой пирожков. Не допускайте сильного перегрева жира, но и не жарьте на слабом огне. Иначе пирожки пропитаются жиром и качество их ухудшится.

Вам потребуется:

Для фарша:

мясо оленя — 400 г,

лук — 3 шт.,

грибы — 400 г,

сливочное масло — 1 ст. л.,

соль — по вкусу,

черный молотый перец — 1/3 ч. л.

Для теста:

мука — 3 стакана,

сахарный песок — 1 ст. л.,

растительное масло — 2 ст. л.,

дрожжи — 15 г,

соль — 1/3 ч. л.,

молоко — 1 стакан,

яйцо — 1 шт.

Пироги и пирожки с мясной начинкой вы можете также приготовить из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом. Начинку вы можете делать из фарша с овощами, из картофеля с мясным фаршем, из тушенного с кореньями мяса кабана или медведя.

# ЗАГОТОВКА ДИЧИ ВПРОК

После удачной охоты в доме достаточно дичи для приготовления праздничного охотничьего обеда или ужина, а также для заготовки мяса лесных зверей впрок. Очень удобно иметь «под рукой» некоторый запас мяса, который выручит хозяйку в трудной ситуации. Все виды дичи пригодны для заготовки на несколько месяцев в различном виде. Для заготовки впрок мясо крупной дичи (оленя, кабана, лося, косули и медведя) используется уже остывшее и отлежавшее 10 дней в холодном, проветриваемом помещении. Только после этой, необходимой для лесной дичи процедуры можно заняться приготовлением солонины, закоптить или засушить мясо. Некоторыми наиболее популярными способами заготовки мяса впрок вы можете овладеть без особых трудностей, воспользовавшись данными рецептами.

## СОЛОНИНА

Мясо, которое вы берете для соленья впрок, должно быть сухое, без крови. При необходимости протрите мясо сухим чистым полотенцем, удалите кровяные сгустки. Большие кости удалите, порежьте мясо на куски разной величины. Для удобства подвесьте все куски на деревянной перекладине и натрите все стороны мяса солевой смесью.

Для приготовления этой смеси возьмите крупную соль, просушите ее на сковородке. Смешайте с семенами горчицы, тмином, черным молотым перцем и корицей. Специи возьмите в равном количестве в соотношении 1 часть специй к 5 частям соли.

Соленое мясо сложите в специальную посуду, лучше для длительных заготовок использовать деревянный бочонок или кадушку. На дно приготовленной, насухо вытертой емкости насыпьте соль, добавьте лавровый лист, черный перец горошком. В емкость плотно уложите мясо, между слоями обильно посыпайте солевой пряной смесью. Когда наполните емкость, герметично закупорьте ее и поставьте в прохладное место. Емкость переворачивайте, чтобы сок равномерно распределялся. Первую неделю переворачивайте емкость через день, затем один раз в неделю. На килограмм мяса используйте 120 г соли. На дно емкости для соленья насыпьте около 200 г соли.

## СТРОГАНИНА

Этот вид заготовки мяса впрок широко практикуется на Севере. Это не случайно, ведь для приготовления строганины используется замороженное мясо. А среди вечной мерзлоты или полярной зимы в холоде недостатка нет. Строганина пришлась по вкусу многим людям, которым довелось попробовать ее хоть однажды. Любителей оригинальной пищи мы должны предупредить, что в свежезамороженном мясе, а именно из такого мяса делают строганину, различные бактерии и микробы не погибают, поэтому существует риск заразиться от дикого животного какой-либо печеночной, легочной и др. инфекцией.

Но если вы твердо решили приготовить мясо этим экстравагантным способом, то возьмите дичь, отлежавшую нужный срок в холодном месте, очистите ее от сгустков крови. Порежьте на куски средней величины и заморозьте при температуре минус 30 градусов. В течение 10 дней мясо должно промораживаться при должных условиях. По истечении этого времени достаньте один кусок мяса, порежьте его на тонкие ломтики, посолите и поперчите по вкусу. Подавайте строганину с картофелем — отварным или жареным, консервированными овощами.

## КОПЧЕНОЕ МЯСО

Для копчения мяса нужно специальное оборудование. Нехитрое приспособление для копчения нетрудно приготовить хозяину-умельцу. Дичь, в принципе, коптится так же, как говядина. Но используется не свежее, парное мясо, а полежавшее и остывшее. Закоптить вы можете грудинку, окорок, ребрышки, лопатку. Если вам предстоит коптить мясо кабана, то излишний жир удалите. Оставьте только небольшой слой, который придаст сочность и калорийность копченному мясу.

Мясо, приготовленное для копчения, натрите солью, перцем и зашейте в марлю или любую другую ткань. Подвесьте над дымом и коптите около 13 часов до полной готовности. Копченое мясо храните в темном прохладном помещении, проветривая его через 7-10 дней. Подавайте копченое мясо холодным к картофельному пюре, салатам. Из него можно варить супы, щи.

## КОНСЕРВИРОВАНИЕ ДИЧИ

Мясо кабана, оленя, лося, косули и зайца вы можете использовать для консервирования впрок. Тушенку готовьте из

мякоти дичи или ребрышек. Мясо кабана и косули рекомендуется использовать только с некоторой жировой прослойкой, иначе консервированное мясо будет суховатым. Чтобы избежать этого для приготовления консервов из лося, оленя можно добавить некоторое количество шпика.

Консервирование мяса строится на строгих правилах и нормах приготовления, только соблюдение рекомендаций в точности будет гарантией того, что консервированное мясо будет храниться долгое время и не потеряет истинного вкуса и аромата.

Консервы из зайца можно назвать деликатесом, ведь эта дичь достаточно нежна при таком способе приготовления.

Приготовление этих консервов особенно лишь тем, что мясо зайца нужно тушить лишь 3–3,5 часа и куски мяса для консервирования можно делать немного больше, чем, скажем, из оленя или лося.

Мясо отделите от больших костей, порежьте на кусочки средней величины. Если вы берете реберную часть тушки, то кости не отделяйте, а порежьте мясо с косточками на небольшие кусочки. В кастрюлю или котел положите мясо, приготовленное для консервирования. Залейте мясо водой на 2/3 объема и доведите до кипения на сильном огне. Снимите накипь, не допуская хлопьев.

К мясу добавьте в равном количестве специи: черный перец горошком, кориандр, семена горчицы, гвоздику. Посолите мясо по вкусу. После этого шумовкой перемешайте смесь и накройте крышкой кастрюлю. Продолжайте тушить мясо на умеренном огне до полной готовности, если возникнет необходимость подлейте в мясо воду.

Для консервирования приготовьте стеклянные банки, желательно объемом 1 л. Простерилизуйте их над горячим паром продолжительное время. Металлические крышки для консервирования опустите в кипяток и прокипятите 5 минут. На дно стерильных банок положите лавровый лист и листья меллисы. Мясо плотно уложите в банки и залейте бульоном, оставшимся после тушения. Банки накройте прокипяченными крышками и поставьте в широкую кастрюлю. Рекомендуем поставить банки на железную подставку, это поможет избежать растрескивания стеклянных банок при изменении температуры.

Залейте банки водой на 2/3 объема, накройте кастрюлю крышкой и постепенно доведите воду в кастрюле до закипания. После чего стерилизуйте консервы на умеренном огне 20 минут. После того как режим стерилизации будет выдержан, герметично закупорьте банки крышками. Храните консервы в темном прохладном месте. Консервированное мясо вы можете

использовать для супов и вторых блюд, для приготовления гарнира.

Кроме мясных консервов вы можете заготовить впрок дичь с луком в томатном соусе, дичь с овощами. Такие консервы могут стать практически готовой закуской и храниться в течение нескольких месяцев. А хозяйке на руку эти запасы в случаях непредвиденного нашествия гостей. Вкусным консервам из дичи не будет цены, когда сезон охоты закончится. Охотники вспомнят свои победы и охотничьи забавы за веселой пирушкой, центральным блюдом которой будет что-нибудь оригинальное, приготовленное из консервированной дичи.

## КОНСЕРВИРОВАННОЕ МЯСО КАБАНА С ЛУКОМ И СПЕЦИЯМИ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

Для консервированния лучше подойдет мясо с жировой прослойкой, даже если это будут ребрышки. Порежьте мясо на небольшие кусочки толщиной 3–3,5 см. В котел или кастрюлю положите приготовленную дичь, добавьте специи: черный перец горошком, гвоздику, кардамон. Лавровый лист предварительно промойте и положите между мясными кусочками.

Залейте мясо водой на 2/3 объема и доведите до кипения. После этого посолите мясо и тушите под крышкой на умеренном огне около 5 часов. По прошествии этого времени добавьте в тушеное мясо 1–2 луковицы на 1 килограмм мяса. Лук порежьте полукольцами, влейте в котел томатную пасту в расчете 200 г на килограмм мяса. Помешайте смесь до однородного состояния и продолжайте варку до полной готовности мяса и лука.

Стеклянные банки объемом 1 л, которые понадобятся вам для консервации, помойте и простерилизуйте над горячим паром достаточно долго — около 15 минут. Крышки и резинки опустите в кипящую воду и стерилизуйте в течение 5–7 минут. В подготовленные банки плотно уложите мясо и лук, для удобства берите его из котла шумовкой. Наполненные банки залейте по самое «горлышко» томатным соусом, оставшимся после тушения дичи.

Банки накройте прокипяченными крышками, но не закручивайте их. На дно широкой кастрюли поставьте железную или деревянную подставку, на ней разместите приготовленные банки так, чтобы они не касались друг друга. Налейте в кастрюлю воды так, чтобы она покрывала банки на 2/3 их объема. Пастеризуйте банки 30 минут при умеренном, но постоянном кипении воды в кастрюле. После этого огонь отключите, банки аккуратно извлеките из котла. Вытрите их снаружи насухо

полотенцем и герметично закупорьте.

Оставьте консервы на 3–4 дня в жилом помещении. После чего вынесите их в прохладное темное место и употребите в пищу в течении 5–6 месяцев с момента приготовления. Перед употреблением откупорьте консервы и выложите содержимое банки на сковороду. На умеренном огне, накрыв сковороду крышкой, подогрейте консервы и подайте к картофельному пюре.

Вам потребуется:

мясо кабана — 1 кг

лук — 1–2 шт.

томатная паста — 200 г

лавровый лист — 10–15 листиков

соль, специи — по вкусу.

При консервированнии мяса и других продуктов не забывайте, что пастеризация нужна для того, чтобы в консервах не развился бутулизм, который может вызвать сильнейшее пищевое отравление. Бактерии, вызывающие развитие инфекции в сжатом в пространстве, погибают при высокотемпературной обработке. Чтобы избежать порчи продукта, строго соблюдайте правила консервации и выдерживайте нужное время стерилизации продуктов, посуды.

# ГЛАВА V ЛЕСНЫЕ ЧАИ

Чай является одним из традиционных напитков. Кто из вас не любит, собравшись за столом, почаевничать, а заодно рассказать о чем-нибудь интересном?

А теперь ответьте на вопрос: какой бывает чай? Вы, скорее всего, скажете: черный, зеленый, в заварочном чайнике или в пакетиках. Все? Ну да: еще с лимоном или с молоком. Теперь вы сказали все, что вам о чае известно.

Чай вы чередуете с кофе, а иногда — с соками, квасом, какао или киселем. Вот и все ваши напитки. Но если бы вы оглянулись вокруг и устремили свой взор в сторону леса, ваша «карта напитков» могла бы существенно расшириться, ведь лес — настоящая кладовая, в которой можно найти много полезного. Конечно, смотреть на лес только с утилитарной точки зрения вредно не только для него, но и для вас, ведь так вы разучитесь любить природу, видя в ней только то, что нужно вам.

А с другой стороны, знать лекарственные травы очень нужно. С их помощью можно лечить различные болезни и предупреждать их появление и развитие. И не нужно будет, чуть что, сразу же хвататься за сумочку со спасительной таблеткой: чаи из лекарственных растений просто спасают вас!

В этой главе мы познакомим вас с некоторыми рецептами чаев из лекарственных растений. Надеемся, что чаепитие не просто улучшит ваше самочувствие, но и принесет немало удовольствия.

Прежде чем приготовить душистый чай из лекарственных трав, травы эти надо собрать и высушить. Конечно, собирать лекарственные травы должен только тот, кто хорошо с ними знаком, иначе «чай», мягко говоря, может не пойти вам на пользу.

Кроме того, надо знать, какие части растений являются, как это говорится, применяемой частью, ведь у одних растений с целью приготовления чая берутся листья, у других — цветки, у третьих — плоды.

Наверно, вам известно, что наилучшим временем для сбора большинства лекарственных трав является время их цветения. Но вы также знаете, что цветут разные растения в разное время. Что же делать в таком случае? Вам поможет сушка.

Этот способ хранения растений полезен и тем, что благодаря ему вы можете готовить лекарственные чаи в любое время года, даже зимой.

Сушите растения в тени, желательно под навесом. Если вы живете в городской квартире, то вам пригодится балкон (или

лоджия). Очень хорошо бывает сушить растения на чердаках.

В процессе сушки растения лучше всего несколько раз переворачивать. Делать это надо очень осторожно, чтобы они не рассыпались. Чаще всего растения сушат в течение 3–7 дней (это зависит от погоды).

Вот и все нехитрые правила. Добавим еще, что хранить растительное сырье лучше всего в плотно закрывающейся посуде или в коробках и бумажных или матерчатых мешках.

А теперь обещанные рецепты чаев. Начнем с самого, пожалуй, распространенного чая.

# ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА

В лесу шиповник растет в изобилии, так что набрать шиповника вам не доставит никакого труда.

Для приготовления этого чая разомните свежие ягоды шиповника (можете также истолочь сухие). Теперь залейте их холодной водой, доведите до кипения и настаивайте, прикрыв крышкой, в течение 15–20 минут.

В приготовлении этого ароматного напитка есть свои варианты. Во-первых, ягоды можно и не толочь, но в таком случае чай не будет таким насыщенным. Цвет такого чая будет также бледней.

Вкусовое качество чая можно улучшить, если добавить в него сушеные цветы шиповника.

Чем полезен такой чай? Прежде всего тем, что в нем много витамина С. Кроме того, такой напиток обладает довольно мягким желчегонным действием.

Вам потребуется:

ягоды шиповника — 5–7 шт,

вода — 1 стакан,

сахар — по вашему желанию и вкусу.

ПРИМЕЧАНИЕ. Если вы хотите сделать чай в расчете на несколько человек, увеличьте пропорции: мы делаем расчет на одну чашку напитка.

Необыкновенно вкусен чай из листьев земляники. Заваривать его — одно удовольствие: он очень полезный и ароматный, целебные свойства земляничных листьев известны уже давно. Недаром говорят, что там, где едят землянику, врач никогда не появляется. Добавим, что то же самое будет и тогда, когда вы будете пить чай из ее листьев.

## ЧАЙ «ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ»

Сушеные листья земляники залейте кипятком. Настаивайте в течение 8-10 минут. При желании добавьте сахар.

Вам потребуется:

сушеные и измельченные листья земляники — 2 ч. л.

вода — 1 стакан,

сахар — по вкусу.

Чай из цветков липы — «липового цвета» — является, пожалуй, одним из популярных чаев из лекарственных растений. Он обладает не только приятным нежным вкусом, но и целебными свойствами, ведь его можно использовать как противовоспалительное и потогонное средство. Согласитесь, что в ряде случаев эти свойства могут оказаться очень полезными для вас.

## ЧАЙ «ЛИПОВЫЙ ЦВЕТ» (первый вариант)

Заварите липовый цвет в кипятке и настаивайте в течение 20 минут. Добавьте мед.

Вам потребуется:

цветки липы — 1 ст. л.,

вода — 1 стакан,

мед — 1 ч. л.,

## ЧАЙ «ЛИПОВЫЙ ЦВЕТ» (второй вариант)

Липовый цвет заварите кипятком, настаивайте в течение получаса и процедите.

Вам потребуется:

липовый цвет — 1 ч. л.,

вода — 1 стакан.

# ЧАЙ «РЯБИНОВЫЙ»

Слегка терпкий вкус этой ягоды сделает чай особенно вкусным и душистым.

Конечно, рябину для чая лучше собирать тогда, когда ее уже ударило морозом. Но если вы хотите почаевничать, а морозы еще не наступили, не беда: горечь ягод можно уменьшить. Для этого надо всего лишь пробланшировать рябину в течение 1 минуты в горячей подсоленной воде.

Высушите ягоды в духовке. Следите только, чтобы ягоды не пригорели, иначе весь ваш чай будет испорчен. Теперь ягоды надо размолоть и смешать с сахаром в пропорции 1:1. «Заварку» храните в теплом закрытом сосуде.

Теперь каждый раз, как вам захочется почаевничать, нужно будет просто залить рябину кипятком.

Вам потребуется:

рябина с сахаром — 2 ст. л.,

вода (кипяток) — 1 стакан.

Прекрасным заменителем чая служит, как можно догадаться, исходя из самого названия, иван-чай.

## НАПИТОК «ИВАН-ЧАЙ» (первый вариант)

Высушенные и измельченные листья иван-чая заварите кипятком и настаивайте в течение 5 минут.

Вам потребуется:

листья иван-чая — 2 ч. л.,

вода — 1 стакан.

## НАПИТОК «ИВАН-ЧАЙ» (второй вариант)

Способ приготовления такого чая тот же, что и предыдущий. Различия состоят в заготовке листьев.

Свежесобранные листья положите в тени. Когда они подвянут, каждый листок скрутите между ладонями в виде тугой трубочки-колбаски. Это нужно для того, чтобы выделился сок (который в приготовлении чая нам не понадобится).

Трубочки уложите горкой на большое блюдо, накройте влажной салфеткой и поставьте в теплое место на 5–6 часов.

Теперь мелко нарежьте трубочки, разложите на противне, покрытом пергаментом, и сушите при температуре 100 градусов в течение часа. Высушенный чай храните в плотно закрытой посуде.

Зачем нам понадобилось сушить иван-чай таким сложным способом? Ведь первый вариант намного проще. Дело в том, что заготовленные таким способом «чаинки» хотя и ломаются, но зато не рассыпаются в труху.

Вам потребуется:

измельченные и просушенные листья иван-чая — 2 ч. л.,

вода — 1 стакан.

Чай из плодов боярышника — очень полезный напиток. Особенно рекомендуется пить его тем, у кого повышенное давление, поскольку этот чай обладает свойством снижать давление и нормализовывать работу сердца.

## ЧАЙ «БОЯРЫШНИК»

Плоды боярышника залейте кипятком и сразу же слейте воду: это нужно для того, чтобы боярышник быстро и равномерно высох. Ягоды высушите в тени, а затем в духовке.

Сушеные плоды измельчите с помощью кофемолки и сварите напиток (залейте холодной водой и поварите в течение 10 минут после кипения).

Вам потребуется:

порошок из плодов боярышника — 2–3 ч. л.,

вода — 1 стакан.

Гуляя в лесу, не проходите и мимо малинника.

# ЧАЙ «МАЛИНОВЫЙ»

Заваривается он очень легко. Высушенные листья или сушеные плоды заварите кипятком и настаивайте в течение 1 часа. Процедите, добавьте сахар по вкусу. Чай готов.

Вам потребуется:

измельченные листья или плоды малины — 2 ч. л.,

вода — 1 стакан.

сахар — по вкусу.

Одним из самых подходящих для чая растений является мелисса (в народе ее еще называют лесной мятой). Те, у кого есть садовые участки, наверняка посадили это растение с нежными и ароматными листьями. Но мало кто знает, что изначально это, как следует из народного названия, лесное лекарственное растение. Добавление его в чай делает этот напиток поистине неповторимым. Предлагаем вам рецепт чая, который вам наверняка понравится.

Очень часто лесные чаи приготовляют с ромашкой (об этих рецептах мы еще вам расскажем). Однако и из одной ромашки может получиться превосходный чай, если его правильно приготовить. Кроме того, ромашковый чай обладает и целебными свойствами. Все это, думаем, звучит очень заманчиво для вас.

## ЧАЙ «РОМАШКОВЫЙ»

Высушенные цветки ромашки залейте горечей водой (кипяченой) и кипятите в течение 10–15 минут. Добавьте сахар.

Особенно вкусен этот чай будет, если вы добавите в него теплое или горячее молоко. Если вас мучает бессонница (от чего сейчас страдают многие), то для хорошего сна вам достаточно будет выпить всего лишь стакан этого чая перед сном. Вы крепко проспите всю ночь, и вам будут сниться только приятные сны.

Вам потребуется:

цветки ромашки — 6 шт.,

вода — 1 стакан,

сахар, молоко — по вкусу.

До сих пор мы говорили о том, как готовить витаминный чай из одного вида растения: земляники, шиповника или малины. Однако этим возможности лесных чаев не исчерпываются, ведь вы можете приготовлять ароматные напитки, например, из боярышника и цикория, земляники и ежевики. У вас получатся великолепные чаи из сборов трав — «чаи-ассорти».

Очищению организма от токсинов способствует один из чаев-ассорти, рецепт которого мы здесь и помещаем.

# ЧАЙ «ЛЕСНАЯ СКАЗКА»

Смешайте листья шиповника, земляники и черной смородины. Храните в плотно закрывающейся посуде. Захотите почаевничать — просто заварите «чай» кипятком.

Вам потребуется:

высушенные листья шиповника — 40 г,

листья черной смородины — 30 г,

листья лесной земляники — 30 г.

## ЧАЙ «ТЕРПКИЙ»

Для приготовления этого тонизирующего напитка вам понадобятся плоды шиповника и рябины. Ягоды рябины предварительно надо подготовить к приготовлению. Это делается так же, как при приготовлении чая «Рябиновый». Высушенные плоды измельчите и смешайте. Храните в плотно закрывающейся посуде. 1 ч. л. измельченных плодов заварите 1 стаканом кипятка.

Вам потребуется:

шиповник — 80 г,

рябина — 10 г.

А вот и еще один рецепт чая с шиповником.

# ЧАЙ ИЗ ШИПОВНИКА СО СМОРОДИНОЙ

Для приготовления этого напитка вам понадобятся плоды шиповника и листья черной смородины. Сушеные и измельченные плоды шиповника смешайте с высушенными и измельченными листьями черной смородины. 1 ст. л. смеси залейте 1 л кипятка.

Вам потребуется:

плоды шиповника — 50 г,

листья черной смородины — 10 г.

Следующий рецепт чая, который мы хотим вам предложить, очень полезен: он повышает защитные силы организма, стимулирует работу органов пищеварения, а также оказывает жаропонижающее действие. Кроме того, что не менее важно, напиток прекрасно утоляет жажду.

## ЧАЙ «ЛЕТНИЙ»

Для приготовления этого напитка возьмите цветки ромашки, липовый цвет, листья мелиссы, листья мяты и цветки бузины. Для одного стакана чая вам нужно только 1 ч. л. полученной смеси (как вы уже, наверно, поняли, все компоненты нужно смешивать в высушенном виде и хранить в плотно закрывающейся посуде). Чай этот особенно полезен тем, кто никак не может справиться с заболеваниями печени.

Вам потребуется:
цветки ромашки — 5 ст. л.,
липовый цвет — 2 ст. л.,
листья мелиссы — 3 ст. л.,
цветки бузины — 2 ст. л.,
листья мяты перечной — 3 ст. л.

## ЧАЙ «ЗЕМЛЯНИКА»

Смешайте сушеные и измельченные листья земляники, лепестки шиповника и, если найдете, цветы вереска. Хранить чай нужно точно так же, как и в предыдущих случаях. Если хотите попить чаю, залейте 1 ч. л. напитка 1 стакном кипятка. Настаивайте в течение 10 минут. Напиток готов.

Вам потребуется:
листья земляники — 70 г,
лепестки шиповника — 15 г,
цветы вереска — 15 г.

# ЧАЙ «ВИТАМИННЫЙ»

Для приготовления этого напитка вам потребуются ягоды шиповника, малины и лесной рябины. Шиповник и рябину пробланшируйте в течение 1 минуты. Теперь все ягоды положите на противень и высушите в духовке.

Второй этап приготовления напитка состоит в том, что ягоды надо измельчить. Сделайте это с помощью кофемолки, причем перемалывать надо прямо с семенами. Смешайте с сахаром и храните так, как мы уже вам говорили.

Заваривайте 2 ст. л. смеси 1 стаканом кипятка.

Чай, помимо приятного вкуса, полезен тем, что употреблять его рекомендуется при простуде: он предотвращает развитие болезни.

Вам потребуется:

шиповник — 30 г,

малина — 30 г,

рябина — 30 г,

сахар — 90 г.

Еще один рецепт чая с малиной.

# ЧАЙ «МАЛИНКА»

Этот чай обладает прекрасным целебным действием. Достаточно будет, думаем, сказать о том, что он очень эффективен при лечении простуды. Но мы думаем, что и в том случае, если вам захочется попить ароматного чайку, вы остановите свой выбор на нем.

Сушеные ягоды малины смешайте с липовым цветом. Храните в плотно закрывающейся посуде. Для приготовления чая указанное количество компонентов залейте водой и доведите до кипения. На один стакан чая будет достаточно следующей раскладки.

Вам потребуется:
ягоды малины — 1 ч. л.,
липовый цвет — 1/2 ч.л.,
вода — 1 стакан,
сахар — по вкусу.

## ЧАЙ «МЯТНЫЙ»

Для приготовления этого напитка возьмите сушеные листья мяты полевой (или любого другого вида мяты), смешайте их с тмином и цветками ромашки. Полученную смесь в размере 1 ст. л. заварите кипятком, а затем процедите.

Вам потребуется:

мята — 1 ст. л.,

тмин — 1/2 ч. л.,

цветки ромашки — 1 ч. л.

Конечно, о рецептах приготовления травяных чаев можно рассказывать еще очень долго. Надеемся, что и те немногие чаи, рецепты которых мы вам предложили, позволят вам расширить круг напитков, которые вы так любите, а также улучшат ваше самочувствие.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наша робинзонада по страницам этой книги закончена, и настало время расставаться. Но прежде чем проститься с вами, наш уважаемый читатель, мы хотели бы познакомить вас с последним, но обязательным для выполнения правилом истинного Робинзона. А правило это: не расхищать богатства леса, не разрушать то, чем живет лес. Еще несколько лет назад подобное наставление никем не было бы воспринято всерьез, но сейчас, когда «зачах» величайший лес планеты — сибирская тайга — стало ясно, что природе нужно давать возможность восстанавливаться после промыслов человека.

Порой невозможно оценить в точных цифрах весь тот вред, что приносит лесу человек, — настолько велики эти числа. Установлено, например, что 97 % всех лесных пожаров возникает по причине преступной халатности человека. Эта преступная халатность оборачивается появлением в лесу раны, не заживающей в течение 5 и более лет. Такое простое удовольствие, как привал у костра на природе, дорого обходится лесу: оставленный человеком мусор не разлагается годы, десятки и даже сотни лет: например, бумага разлагается много больше двух лет, консервные банки сохраняются в течение 90 лет, срок жизни полиэтиленового пакета превышает 200 лет, а стекло сохраняется живым и невредимым на протяжении тысячи лет! Живописные лесные полянки превращаются в обычные мусорные свалки, существование которых представляет опасность как для леса, так и для самих отдыхающих.

Не только охотники, но и сборщики грибов и ягод должны не допускать потребительского, браконьерского отношения к природе, бережливо относиться к ее более чем ограниченным ресурсам. Чтобы не задумываться о содержимом кошелька во время похода в магазин, человеку приходится много работать, и то это не всегда помогает. Что же говорить о лесе, в который за «дарами природы» ходят все, но никто на лес не работает?! Соблюдая это правило, вы сможете всегда радовать и себя, и других удачным в продуктовом плане пребыванием в лесу.